

Plumitas con pollo y maíz, bañadas con salsa bechamel

Ideal para cuando llegan invitados inesperados y no se sabe qué cocinar. Sin muchas complicaciones y una comida que todos pueden disfrutar, así son estas plumitas con pollo y maíz, bañadas con salsa bechamel. Los niños quedarán fascinados.

Ingredientes

- 2 cucharadas de margarina o mantequilla
- 1 cebolla redonda picada en cuadritos
- 2 dientes de ajo machacados
- 1 pechuga de pollo sin hueso picada en filetes (o cuadritos)
- 2 tazas de leche
- 2 cucharadas rasas de almidón de maíz (maicena)
- Sal y pimienta
- 500 gramos de pasta tipo plumitas (penne)
- 300 gramos de maíz en lata

Preparación

- Echar la margarina en una sartén caliente y sofreír la cebolla y el ajo.
- Salpimentar los filetes de pollo y, cuando la cebolla y el ajo comiencen a dorar, agregarlos a la sartén. Esperar unos minutos y voltearlos, para que se cocinen de forma pareja. Al estar listos, retirarlos de la sartén, pero mantener esta a fuego bajo.
- En bol, mezclar el almidón de maíz con la leche y verter en la sartén. Remover permanentemente hasta que comience a hervir. Incorporar la lata de maíz y, cuando espese, añadir el pollo. Combinar y servir caliente sobre la pasta cocida.

Redacción La Mañana Digital