

**Raciones:** 3 raciones.

**Temperatura del plato:** Caliente.

**Material necesario:** Tabla de trabajo, sartén, cuchillo cocinero, batidora de mano, bandeja para horno, cazo, cuenco, espumadera, papel de aluminio y horno.

**Dificultad**



**Tiempo**



Escanea el código para visualizar la receta en nuestra web



## Pollo al mango

### Ingredientes

- 2 contramuslos de pollo (770 g aprox.)
- 500 ml de zumo de mango
- 1 cucharada de pasta de chile rojo
- 1 diente de ajo
- Pimienta negra en polvo
- Cayena en polvo
- Jengibre en polvo
- Ajo en polvo
- Cebolla en polvo
- 1 litro de caldo de ave
- 100 g de queso en crema
- 100 ml de aceite de oliva
- 1 huevo
- Pan rallado
- 100 ml de aceite de girasol
- Sal

### Elaboración

**PASO 1:** Separar la piel de los contramuslos y sazonar con todas las especias.

**PASO 2:** Precalentar el horno a 200°C. Mientras tanto sellarlos en la sartén con fuego fuerte.

**PASO 3:** Una vez sellados envolver en papel de aluminio y hornear unos 40 minutos.

**PASO 4:** Poner el caldo de ave en un cazo y dejamos reducir hasta conseguir una glacé.

**PASO 5:** Por otra parte poner en un cuenco el zumo de mango, la pasta de chile y el ajo y triturar con una batidora de mano.

**PASO 6:** Poner una sartén con un poco de aceite de oliva y cuando esté caliente añadir la mezcla de mango. Cocinar y reducir hasta que quede espeso.

**PASO 7:** Una vez listos los contramuslos, separar la carne de los huesos y machacarla con las manos hasta conseguir una pasta. Una vez hecha, añadir el queso en crema y mezclar hasta hacer una pasta homogénea.

**PASO 8:** Preparar dos platos; uno con el huevo batido y otro con el pan rallado. Hacemos bolas con la pasta anterior, rebozamos y reservamos. (Intentar que todas las bolas queden del mismo tamaño).

**PASO 9:** Freír las bolas en un cazo con aceite de girasol.

**PASO 10:** Para realizar la salsa mezclar un yogur con el zumo de un limón, las hojas de menta y una pizca de sal.

### Emplatado y observaciones

■ Poner un punto no muy grande en el centro del plato de salsa de mango y con una cuchara golpear haciendo el efecto de "estrellado". Colocar las bolas encima y pintar con la glacé.

■ Observaciones: Se puede cambiar el mango por cualquier otra fruta como la naranja o la piña, por ejemplo.