

uvesa

El recetario de UVESA

Receta de pollo

Raciones: 4 raciones.

Temperatura del plato: Caliente.

Material necesario Sartén o plancha, cuchillo cocinero, varillas, tabla de cortar, pinzas de cocina, bol y brochetas.

Dificultad



Tiempo



Escanea el código QR para ir a la web de Uvesa y visualizar la elaboración de la receta en vídeo y pdf



Brochetas de pollo con salsa de yogur

Ingredientes:

- 785 g de pechuga de pollo
- 200 g de tomate
- 200 g de yogur natural
- 60 g de queso crema
- 15 ml de zumo de limón
- 10 g de perejil
- 10 ml de aceite de oliva virgen extra
- 8 g de ajo
- 5 g de albahaca
- Sal y pimienta al gusto

Elaboración:

- PASO 1:** Lavamos el perejil y lo picamos bien. Cortamos el ajo en brunoise.
- PASO 2:** En un bol, mezclamos el yogur y el queso crema, añadimos el zumo de limón, el aceite de oliva y removemos hasta que se integren todos los ingredientes. Finalmente, añadimos el perejil, el ajo, una pizca de sal y la pimienta negra molida. Conservamos en frío hasta su uso.
- PASO 3:** Lavamos el tomate, le quitamos las semillas y lo cortamos en cubitos, le añadimos la albahaca y sal.
- PASO 4:** Cortamos la pechuga en cubos de 3 x 3 cm, montamos en las brochetas y salpimentamos. Doramos las brochetas en la sartén con aceite bien caliente.

Emplatado y observaciones:

- Colocamos dos brochetas, sin el palo, en diagonal, las sañeamos con un poco de la salsa de yogur y añadimos tomate en ambos lados a modo de decoración.

