

uvesa

El recetario de **UVESA**

Receta de pollo

Raciones: 6 raciones.

Temperatura del plato: Caliente.

Material necesario: Olla baja, plato, cuchillo cocinero, puntilla, jarra medidora, peso, cucharilla, colador malla metálica fina y pelador.

Dificultad



Tiempo



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



Solomillo de pollo a la "Casa Blanca"

Ingredientes:

- 400 g de solomillo de pollo
- 300 g de cebolla
- 10 g de curry
- 1 zanahoria
- 200 ml de licor de arroz
- 100 g de harina de arroz
- 48 g de ajos
- 600 g de brócoli
- 30 g de zanahoria baby
- 500 g de patata
- Sal y pimienta blanca al gusto

Elaboración:

- PASO 1:** Salpimentamos los solomillos, lo marcamos y reservamos.
- PASO 2:** En el mismo aceite pochamos la cebolla y el ajo 10 min. Echamos el curry y cocinamos 1 min.
- PASO 3:** Disolvemos la harina de arroz en el licor y añadimos a la olla. Metemos los solomillos y hervimos hasta que espese y el pollo esté hecho.
- PASO 4:** Cortamos la parte superior de los ramilletes. Escaldamos el brócoli con el colador y salteamos en una sartén los ajos picados, mezclamos y cocemos.
- PASO 5:** Cocemos las patatas, las machacamos y salpimentamos. También trituramos el brócoli en trozos pequeños.

Emplatado y observaciones:

- Con ayuda del molde, ponemos una base de puré de patata y el brócoli encima. Ponemos dos zanahorias baby cortadas en la parte superior con hojas perejil.
- Ponemos salsa y encima del pollo una rama de cebollino.

