Brochetas de Pollo Satay con Arroz Choi y Ensalada Refrescante



Ingredientes

Cacahuetes tostados: 50 Gramos
Curry: c/n
Limón para su jugo: 1/2 unidad
Pechuga de pollo: 1 unidad
Salsa de soja: c/n
Comino: c/n
Leche de coco: c/n
Miel: c/n
Pimentón picante: c/n

Arroz

Arroz: 1 Vaso
Huevo: 1 unidad
Salsa de soja: c/n
Pak choi: c/n

Ensalada

Tomates: 2 Unidades
Limon: 1 unidad
Pepino: 1 unidad
Aceite De Oliva: c/n
Menta: 1 Manojo
Perejil: 1 Manojo

Preparación de la Receta

- Cortar el **pollo** en tiras y poner a *marinar* con un poco de salsa de soja y *zumo* de *limón*.
- Hacer el **arroz** al microondas.
- Picar los cacahuetes y mezclarlos con *curry*, *pimentón* picante, salsa de soja y *comino* molido.
- *Saltear* esta mezcla en una sartén, añadir la leche de coco dejar reducir.
- Incorporar un poco de miel.
- En otra sartén, *saltear* un poco el *pollo*.
- Una vez que el *pollo* está dorado incorporarlo a la salsa.

- En una sartén, hacer una tortilla para romperla por encima del *arroz* y darle un golpe de calor al pak choi también.
- Montar las brochetas y servirlo con el *arroz*.
- Incorporar una tortilla rota por encima, un chorrito de soja para colorear y un poco de pak choi.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/brochetas-de-pollo-satay-con-arroz-choi-y-ensalada-refrescante