Ensalada de Pollo Especiado y Verduras Asadas



Tiempo de preparación: 120 Min

Ingredientes

Berenjenas: 2 Unidades
Cebolla morada chica: 3 Unidades
Hojas verdes: c/n
Lima: 1 unidad
Sal y Pimienta: c/n
Almendras: 50 Gramos
Hojas de cilantro: 10 Gramos
Jalapeño: 1 unidad
Morrón Rojo: 1 unidad
Aceite De Oliva: c/n

Pollo

Aceite de girasol: c/n
Cilantro: c/n
Garam Masala: 1 cda
Jengibre rallado: 1 cdta
Pechugas de pollo: 1 unidad
Yogurt Natural: 200 Gramos
Chile seco: 1 unidad
Diente de ajo: 1 unidad
Harina De Arroz: c/n
Paprika: 1 cdta
Semillas De Coriandro: 1 cda

Vinagreta

Aceite De Oliva: 3 cdas
Jalapeño asado: 1/4 unidad
Miel: 1 cda
Lima para su jugo: 1/2 unidad

Preparación de la Receta

Pollo

- En mortero machacar semillas de coriandro, *ajo*, *chile* seco y agregar garam masala, *páprika* , hojas de *cilantro* y machacar hasta unir.

- Mezclar con *yogur* natural y *marinar* la pechuga fileteada con esta mezcla por 2 horas en heladera.
- Pasar los trozos de **pollo** por *harina* de *arroz* y freír hasta *dorar* y que se ccinen.
- Reservar en papel absorbente.

Verduras

- Cortar berenjenas en rodajas, *morrón* rojo em tiras de 2 cm, cebollas moradas chicas en mitades y con un poco de aceite de oliva, sal, pimienta hornear a 180° C por 15 minutos.

Vinagreta

- En un bowl mezclar ¼ del jalapeño asado picado, miel, *jugo* de lima y aceite de oliva.

Almendras

- Mezclar almendras, aceite de oliva para humectar y sal, *saltear* en sartén hasta tostar sin quemar.

Armado

- Colocar en la base de la ensaladera las hojas verdes y alrededor las verduras asadas.
- Agregar hojas de cilentro, almendras saladas picadas groseramente y terminar con la vinagreta de jalapeño por encima y gajos d elima.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/ensalada-de-pollo-especiado-y-verduras-asadas