

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 cda

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 cda

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 cocinen.
- Reservar en papel absorbente.

Verduras

- Cortar berenjenas en rodajas, *morrón rojo* en 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 $\frac{1}{4}$ 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 cilantro, almendras saladas picadas groseramente y terminar con la vinagreta de jalapeño por encima y gajos de lima.

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