Ensalada oriental con esencia de menta



Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Jengibre raiz: 1 Unidad
Esencia de jengibre: Cantidad necesaria
Pasta china de arroz: 1 Paquete

Pollo

Sal y Pimienta: A gusto
Pechuga de pollo: 1 Unidad
Aceite de oliva en aerosol: Cantidad necesaria
Romero: 10 g

Varios

Alga nori: 4 Unidad
Menta: 30 g

Vinagreta de peperoncino

Aceite De Oliva: Cantidad necesaria
Vinagre Blanco: 20 cc
Sal y Pimienta: A gusto
Salsa china dulce roja: 20 cc
Peperoncino: 10 g
Hierbas Aromáticas: 1 cda.

Preparación de la Receta

- Pele y corte el *jengibre* en rodajas.
- En una olla con abundante agua hirviendo y el *jengibre*, cocine la pasta al dente.
- Cuele y rocíe con esencia de *jengibre*.

Pollo

- Desgrase la pechuga de *pollo*, condimente con *romero*, sal y pimienta.
- En un grill bien caliente rociado con aceite de oliva selle la pechuga de *pollo* de ambos lados.
- Retire y corte en tiras.

Vinagreta de peperonchino

- Pique el peperonchino.
- En un bowl coloque el peperonchino, el *vinagre* blanco, aceite de oliva, *orégano*, sal y pimienta
- En otro bowl coloque la salsa *china* dulce roja junto con las hierbas, mezcle y agregue la vinagreta
- Reserve.

Armado

- Corte el alga en tiras finas.
- Coloque las hojas de **menta** encimadas, enrolle y corte en tiras finas.
- En una sartén rociada con aceite de oliva saltee el *pollo*, junto con la pasta de *arroz* y la vinagreta de peperonchino.

Presentación

- Sirva en un bowl oriental, decore con la *menta* y las algas.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/ensalada-oriental-con-esencia-de-menta