

Paneng de pollo

Tiempo de preparación: 30 Min



Ingredientes

Salsa De Pescado: A gusto

Pollo / Pechugas: 2 Unidad

Leche de coco: 250 cc

Jugo de limón sutil: 50 cc

Cilantro Picado: 50 g

Azucar: 1 cda.

Curry rojo

Coriandro en grano: 15 grs.

Cilantro: 25 Cantidad necesaria

Chile: 1 Unidad

Chiles secos: 2 Unidades

Echalottes: 2 Unidades

Raíz de Jengibre: 15 g

Comino en grano: 15 g

Raíz de cilantro: 25 g

Pimienta Negra en grano: 15 g

Lemon grass - vara: 1 Unidad

Ralladura de limón sutil: 1 cda.

Anchoa: 1 Unidad

Ensalada

Sal: A gusto

Zanahoria: 50 g

Repollo colorado: 50 g

Aceite De Maíz: 2 cdas.

Hinojo: 50 g

Vinagre de Arroz: 3 cdas.

Azucar: 1 cdita.

Guarnición

Arroz: 2 Tazas

Preparación de la Receta

Curry rojo

- Ralle la raíz de *jengibre*.
- Pique el *ajo*, el *echalotte*, la *anchoa* y el lemon gras.
- Saque las venas y semillas del *chile*, pique.
- Remoje los chiles secos y pique.
- En un wok tueste la pimienta negra, el coriandro y el *comino*.
- En un mortero machaque los granos de *especias*.
- Incorpore la raíz de *jengibre*, el *ajo* y el *echalotte*.
- Agregue el *cilantro*, la raíz de *cilantro*, los chiles, la *anchoa*, la ralladura de *limón* sutil y el lemon gras. Machaque hasta obtener una pasta. Reserve.

Pollo

- Corte el **pollo** en trozos pequeños.
- Pique el *cilantro*.
- En un wok caliente la leche de coco, incorpore el *pollo*, el azúcar y 1 cucharada del *curry* rojo.
- Sale con salsa de pescado.
- Cocine de 8 a 10 minutos.
- Termine con el *cilantro* y *jugo* de *limón* sutil.

Guarnición

- Lave el *arroz* bajo el chorro de la canilla hasta que el agua salga transparente. Cocine el *arroz* en el agua sobre fuego bajo, 15 minutos a partir que comience la cocción.

Ensalada

- Ralle la *zanahoria*.
- Corte en juliana el *hinojo* y el *repollo*.
- En un bowl haga una *marinada* con la sal, el *vinagre*, el aceite y azúcar. Incorpore la *zanahoria*, el *repollo* y el *hinojo*. Aderece.

Trago largo

- Corte la *sandía* en cubos.
- Pique el hielo.
- Licue la *sandía* con el *ron*, el hielo y el *jugo* de *limón*.
- Sirva en vasos altos.

Presentación

- Sirva el *pollo*, el *arroz* y el *pollo* en bowl separados.
- El trago es para beber antes de consumir el plato.
- Este plato se puede acompañar con té verde o *jugo* de frutas.

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/paneng-de-pollo>