Pechuga de pollo al curry de dos colores



Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Curry amarillo: 20 g
Pechugas de pollo: 2 Unidades
Curry rojo: 20 g
Sal: A gusto
Aceite de oliva en aerosol: Cantidad necesaria

Esencia de coco

Jengibre rallado: 1 cdita.
Leche de coco descremada: 100 cc

Guarnición

Caldo De Pollo: 500 cc
Dátiles: 10 g
Pasas de uva negras: 10 g
Pasas de uva rubias: 10 g
Vinagre de Arroz: 10 cc
Cous Cous: 180 g
Sal y Pimienta: A gusto
Anís estrellado: 2 Unidades
Menta: 4 Hojas

Varios

Lemon grass - vara: 1 Unidad

Preparación de la Receta

- Corte las pechugas de **pollo** en tiras finas a lo largo.
- Pase la mitad del *pollo* por el **curry** amarillo y la otra mitad por el **curry** rojo, condimente con sal.
- En un grill bien caliente rociado con aceite de oliva selle el *pollo*.

Guarnición

- Caliente el caldo y prepare una infusión agregando dos hojas de *menta*, el anís trozado con las manos y pimienta
- Cocine unos minutos y retire.
- En un bowl coloque el cous-cous y agregue el caldo, sin la *menta* y el anís, deje hidratar bien.
- Corte el *pimiento* rojo al medio, retire las semillas y la parte blanca y corte en cubos pequeños.
- Corte los dátiles en cubos pequeños.
- Pique las pasas
- Corte el resto de la *menta* en tiras finas.
- Agregue al cous-cous, las pasas, los dátiles, el *pimiento* rojo y la *menta*.
- Condimente con *vinagre* de *arroz*, sal y pimienta.
- Mezcle y reserve.

Esencia de coco

- En un bowl pequeño mezcle la leche de coco, junto con el *jengibre*
- Reserve.

Presentación

- En un plato coloque la *guarnición* de cous cous, agregue el *pollo* en tiritas por encima y la salsa de coco alrededor
- Decore con hilos de lemon grass.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/pechuga-de-pollo-al-curry-de-dos-colores