elGourmet

Pechugas de pollo en adobo

Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Pechugas de pollo: 4 Unidades

Adobo

Caldo Deshidratado de Pollo: 1 cda.
Tomillo: 1 cdita.
Sal: A gusto
Chiles Anchos Secos: 13 Unidades
Ajo: Dientes
Pimienta de Jamaica en Grano: 1/2 cdita.
Cebolla Chica: 1 Unidad
Caldo De Pollo: 250 cc
Azúcar Negro: 1 cda.
Vinagre de manzana: 50 cc
Laurel: 1 Hoja
Aceto balsámico: 50 cc
Comino: 1 cdita.

Guarnición

Aceite De Maíz: Cantidad necesaria

Varios

Cebolla de verdeo: 8 Unidades
Rabanitos: 8 Unidades
Paltas: 2 Unidades

Preparación de la Receta

Adobo

- Corte los chiles al medio, elimine las pepitas y limpie con un paño seco.
- En una sartén caliente, tueste levemente los chiles.

- Procese los chiles con la *cebolla*, el *ajo*, la pimienta, el *comino*, el *tomillo*, el *laurel*, el caldo, la sal , el azúcar y el *vinagre* de *manzana*.

Pechugas

- Unte las pechugas con el adobo.
- En una sartén caliente, cocine las pechugas con el adobo.

Guarnición

- Pele y corte los plátanos por la mitad y luego cada mitad en láminas.
- En una sartén con el aceite fría las láminas de *plátano*.
- Escurra sobre papel absorbente.

Presentación

- Sirva la pechuga en el centro de un plato, cubra con el adobo, al lado los plátanos fritos.
- Acompañe con gajos de *palta*
- Decore con cebollas de verdeo y rabanitos tallados en forma de flor.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/pechugas-de-pollo-en-adobo