Pollo a La Barbacoa



Tiempo de preparación: 90 Min

Ingredientes

Aceite De Oliva: c/n
Azúcar Negra: 5 Cucharada
Cebolla Morada: 1 unidad
Jengibre: 3 Rodaja
Jugo de Naranja: 1 unidad
Romero: 1 Rama
Perejil fresco: 1 Puñado
Salsa de tomate: 1 Taza
Humo liquido: 3 Gotas
Ají molido: 1 Pisca
Boniato: 3 Unidades
Vinagre: 1/2 Taza
Ajo: 1 Diente
Ketchup: 1 Taza
Pechugas de pollo: 3 unidad
Salsa Inglesa: 1 Chorrito
Sal y Pimienta: a gusto

Preparación de la Receta

- Envolver en papel aluminio cada *boniato* lavado con *romero* y un chorro de aceite de oliva
- Llevar a horno medio por 45 minutos (hasta que este bien cocido)
- Rehogar en una sartén amplia con aceite *cebolla* colorada picada, *ajo* y *jengibre* en láminas hasta *dorar*.
- Agregar las pechugas cortadas en tiras y sellar hasta *dorar*.
- Dar vuelta y terminar de sellar.
- Agregar *vinagre* y dejar evaporar
- Añadir *jugo* de *naranja* y cocinar 10 minutos.
- *Condimentar* con sal, pimienta y agregar *kétchup* y `purè de tomates, mezclar e integrar.
- Incorporar azúcar negra, unir y dejar cocinar hasta espesar la salsa y cocer el **pollo**.
- Agregar salsa inglesa, *aji* molido y terminar de reducir.
- Terminar la salsa con humo líquido, revolver y servir
- Servir en la misma sartén con los boniatos en trozos.
- Terminar con *perejil*

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/pollo-a-la-barbacoa