

Pollo al bárbaro del sur

Tiempo de preparación: 45 Min



Ingredientes

Espárragos: 5 Unidades

Azúcar: 1 cdas. soperas

Pechuga de pollo: 1 Unidad

Champignones: 3 Unidades

Pimienta Negra: Cantidad necesaria

Huevos duros: 2 Unidades

Vinagre: 30 cc

Aceite para freír: Cantidad necesaria

Sal: Cantidad necesaria

Huevo batido: Cantidad necesaria

Salsa de soja: 2 cdas. soperas

Aceite De Oliva: 30 cc

Vinagre de manzana: 2 cdas. soperas

Harina: Cantidad necesaria

Preparación de la Receta

Para comenzar

- Abrimos una pechuga de **pollo** de manera transversal sin separar las mitades
- Luego, condimentamos con sal y pimienta negra
- Pasamos por *harina* y *huevo* batido.
- A continuación, freímos en aceite vegetal hasta *dorar* de ambos lados.
- Mientras tanto, preparamos la salsa estilo asiática

Para ello

en un bol, mezclamos 1 cucharada grande de azúcar

- Car, 2 cucharas grandes de salsa de soja y 2 cucharas grandes de *vinagre de manzana*
- Reservamos.
- Cuando el *pollo* esté crocante, dorado y *cocido*, retiramos de la sartén todo el aceite de la fritura

- Allí mismo, cuando aún esté caliente y con la pechuga frita, añadimos la salsa asiática reservada para caramelizar el *pollo*.

Para la guarnición

- N, cortamos 5 espárragos en trozos de 2 cm, fileteamos 3 champiñones y salteamos en sartén caliente con aceite de oliva por 3 minutos.

Para la salsa estilo tártara

- Rtara, cortamos 2 huevos duros en cubos pequeños y, luego, los mezclamos con sal, 30 cc de *vinagre de manzana* y 30 cc de aceite de oliva
- Por último, incorporamos *perejil* picado.

Para el armado

fileteamos la pechuga, agregamos la guarnición

- N y terminamos con la salsa estilo tártara.

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/pollo-al-barbaro-del-sur-2>