

# Pollo con miso y mayonesa

Tiempo de preparación: 45 Min



## Ingredientes

**Sake:** 1 cda.

**Vinagre de manzana:** 1 cda.

**Sésamo negro:** 5 g

**Ajo:** 1/3 Diente

**Miso:** 1 cda.

**Sal:** Cantidad deseada

**Jengibre:** 3 g

**Mayonesa:** 1 cda.

**Aceite De Oliva:** Cantidad deseada

**Rúcula:** 10 g

**Pechuga de pollo:** 1 Unidad

**Hongos shitake frescos:** 100 g

**Azucar:** 1 cda.

**Zanahoria en juliana:** 50 g

## Preparación de la Receta

### Para comenzar

**cocinamos en el microondas, las zanahorias cortadas en juliana con sal y un poquito de aceite de oliva durante  $1 \frac{1}{2}$**

- Minuto.
- Retiramos los cabos de los *hongos* shitake frescos y llevamos a una sartén al fuego del lado de la piel, rociamos con aceite de oliva los *hongos* y cocinamos suavemente hasta que estén blandos.
- Damos unas vueltas, apagamos el fuego y reservamos en la sartén.
- Por otro lado, cortamos 1 pechuga de **pollo** en *fetas* de 1 cm y en una sartén caliente con aceite de oliva cocinamos el **pollo** hasta *dorar* de 1 lado, damos vuelta, bajamos el fuego al mínimo y terminamos la cocción.

### Para la salsa de miso

**en un bol, mezclamos hasta unificar 1 cucharada grande de miso, 1 de mayonesa, 1 cucharada azúcar**

- Car, 1 cucharada grande de *sake*, 1 de *vinagre de manzana*, 1/3 de diente de *ajo* rallado y la misma cantidad de *jengibre* rallado
- Reservamos.

**Para el emplatado**

**colocamos las zanahorias en la base de un plato junto a las hojas de rúcula**

- Cula, los *hongos* shitake salteados y el *pollo*.
- Terminamos con la salsa por encima de todos los ingredientes.
- Decoramos con semillas de *sésamo* negro y servimos.

Consulta la receta original en  
<https://elgourmet.com/recetas/pollo-con-miso-y-mayonesa>