Pollo con salsa de mango y pasta china

Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Pechugas de pollo: 2 Unidades
Sal y Pimienta: A gusto
Semilla de cilantro molida: 1 cda.
Aceite de oliva en aerosol: Cantidad necesaria

Guarnición

Cebolla de verdeo: 3 Unidades
Pimiento rojo: 1 Unidad
Caldo De Pollo: Cantidad necesaria
Chiles serranos verdes: 2 Unidades
Aceite de oliva en aerosol: Cantidad necesaria
Puerro: 1 Unidad
Pimiento amarillo: 1 Unidad
Sal y Pimienta: A gusto
Mangos: 2 Unidades

Pasta

Pasta china de arroz: 200 g
Esencia de jengibre: Cantidad necesaria
Hierbas secas: 1 cdas.

Salsa de uvas

Caldo De Pollo: 30 cc
Uvas negras: 10 Unidades
Azucar: 10 grs.
Jugo de uvas: 40 cc

Varios

Ciboulette seco: Cantidad necesaria

Preparación de la Receta

- Limpie las pechugas de **pollo** y marine de ambos lados con las *semilla* de *cilantro* molida, sal y pimienta.
- En un grill bien caliente rociado con aceite de oliva selle la pechuga de *pollo*.

Pasta

- En una olla con abundante agua hirviendo salada y hierbas secas, cocine la pasta **china**.
- Retire y rocíe con esencia de *jengibre*

Guarnición

- Pele y corte el mango en cubos pequeños.
- Corte el *puerro* en juliana.
- Corte los pimientos al medio, retire las semillas y la parte blanca y corte en tiras finas.
- Corte la parte verde de la *cebolla* de verdeo en juliana.
- Corte los chiles serranos en juliana.
- En una sartén rociado con aceite de oliva, saltee el mango junto con las verduras.
- Condimente con sal y pimienta y agregue el caldo de *pollo*.
- Cocine por unos minutos y reserve.

Salsa de uva

- Pele las uvas, corte al medio y retire las semillas
- En una olla coloque el azúcar a caramelizar y agregue, las uvas, el *jugo* de uva y el caldo de *pollo*.
- Retire y reserve.

Presentación

- Sirva la pasta junto con la *guarnición* de mango, por encima coloque el *pollo* cortado en porciones y rocíe con la salsa de uvas.
- Decore con *ciboulette* seco.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/pollo-con-salsa-de-mango-y-pasta-china