

Pollo salteado con almendras y vegetales

Tiempo de preparación: 30 Min



Ingredientes

Salsa de soja: 2 cdas.

Pechuga de pollo: 1 Unidad

Canasto de papas fritas

Papas: 2 Unidades

Almidón de Maíz: 3 cdas.

Varios

Aceite mezcla: Cantidad necesaria

Almidón de Maíz: Cantidad necesaria

Vinagre de Arroz: 2 cdas.

Jengibre: 1 cdita.

Aceite mezcla: 1 L

Arroz blanco cocido: Cantidad necesaria

Vegetales

Morrón amarillo: 1/4 Unidad

Cebolla: 1/2 Unidad

Apio: 2 Tallos

Salsa de soja: 2 cdas.

Vino de arroz: 3 cda.

Almendras peladas: 100 grs.

Morrón Rojo: 1/4 Unidad

Caldo De Pollo: 3 cdas.

Jengibre fresco: 1 cdita.

Raíz de bambú cocida: 1 Unidad

Jugo de Limón: 1 cda.

Raíz de flor de loto: 1 Unidad

Aceite Neutro: 2 cdas.

Ajo: 2 Dientes

Sal y Pimienta: A gusto

Morrón Verde: 1/4 Unidad

Chauchas: 4 Unidades

Hongos fungu: 150 g

Zanahoria: 1 Unidad

Almidón de Maíz: 1 cda.

Preparación de la Receta

- Corte la pechuga de **pollo** en trozos.
- En un bowl con la salsa de soja, el *vinagre* de *arroz* y el *jengibre* deje macerar el *pollo* durante unos minutos.
- Pase el *pollo* por el almidón de maíz.
- En una sartén con abundante aceite caliente, fría el *pollo* durante 5 minutos.
- Retire y escurra sobre papel absorbente.

Canasto de papas fritas

- Pele y ralle las papas.
- Colóquelas en un bowl junto con el almidón de maíz y mezcle.
- Caliente una sartén con abundante aceite.
- En un colador mediano coloque la mezcla de las papas y reparta en toda la superficie y los bordes.
- Sumerja el colador en el aceite caliente y coloque dentro de este otro mas pequeño, haga presión durante unos minutos hasta que tome forma.
- Deje cocinar, retire y escurra dentro del colador sobre papel absorbente.
- Despegue los bordes de la canasta de *papa* y retírelo del colador.

Vegetales

- Corte la raíz de flor de loto en finas rodajas.
- Corte la caña de bambú al medio y corte finamente.
- Corte los tres morrones en pequeños trozos.
- Pele y corte la *cebolla* en dados.
- Pele la *zanahoria* y corte junto con el *apio* y las chauchas al bies.
- Pele y pique los ajos.
- Corte los *hongos* en trozos.
- En un wok caliente el aceite neutro.
- Cocine la *zanahoria* y la *chaucha* por 2 minutos.
- Luego incorpore el resto de las verduras, junto con los *hongos*, las almendras y el *pollo*.
- Desglace con el vino de *arroz*.
- Añada el caldo de *pollo*, el *jugo* de *limón*, la salsa de soja, el *jengibre* y condimente con sal y pimienta.
- Por ultimo ligue la salsa con el almidón de maíz.

Presentación

- En un plato coloque un circulo de *arroz*, encima de este la canasta de *papa* y dentro de la misma el salteado de verduras con el *pollo*.

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/pollo-salteado-con-almendras-y-vegetales>