Salteado de pechuga de pollo con pera asiática



Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Sal: A gusto
Ajo picado: 1 cdita.
Morrón Verde: 100 g
Agua: 10 cc
Peras asiáticas: 4 Unidades
Morrón Rojo: 100 g
Pechuga de pollo: 250 g
Aceite de Sésamo: 5 cc
Salsa de soja: 30 cc
Azucar: 5 grs.
Shitake fresco: 100 grs.
Fecula De Maiz: 10 grs.
Jengibre Picado: 1 cdita.
Cebolla de verdeo: 60 grs.
Aceite de girasol: 30 cc

Preparación de la Receta

- Pele las peras, ralle dos y las dos restantes córtelas al momento de utilizarlas en bastones.
- Quite la piel del **pollo** y luego corte en bastones.
- Coloque en un bowl las peras ralladas y los bastones de *pollo*, mezcle y deje reposar 10 minutos.
- Corte el *morrón* rojo en cuartos, quite las semillas y las nervaduras, luego corte en bastones
- Proceda del mismo modo con el *morrón* verde.
- Retire el pie de los shitakes y luego corte los *hongos* en láminas.
- Corte la *cebolla* de verdeo en fina juliana.
- Disuelva la fécula de maíz en agua.

Armado

- En una sartén caliente con aceite de girasol saltee a fuego máximo el *ajo* picado junto con el *jengibre*, luego incorpore los bastones de *pollo* marinados una vez sellado agregue los morrones y cuando estos comiencen a ablandarse incorpore los shitakes y las peras, mezcle, luego de unos minutos de cocción condimente con azúcar, sal, salsa de soja y *cebolla* de verdeo, mezcle y ligue con la fécula de maíz disuelta.

Presentación

- Sirva el salteado de pechuga de *pollo* con pera asiática en una fuente y perfume con unas gotas de aceite de *sésamo*.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/salteado-de-pechuga-de-pollo-con-pera-asiatica