Tacos de pollo México- Pekín



Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Miel: 50 cc
Salsa hoissin: 100 cc
Pechuga de pollo: 4 Unidades
Tortillas de harina integral: 8 Unidades
Vinagre de Arroz: 50 cc
Jengibre Picado: 20 g
Salsa de soja: 80 cc
Ajo picado: 1 Diente
Chile de árbol seco: 10 g

Salsa de ciruela

Ciruelas pasas: 200 g
Aceite De Oliva: 2 cdas.
Cebolla de verdeo: 1 Unidad
Semillas de sésamo blanco: 50 g
Vinagre de Arroz: 80 cc

Salsa de wasabi

Wasabi: 10 g
Sal: A gusto
Semillas de sésamo negras: 30 g
Palta: 1 Unidad
Cebolla de verdeo: 8 Unidades
Jugo de Limón: 50 cc
Yogurt Natural: 100 cc

Preparación de la Receta

- Desgrase y retire la piel de las pechugas de **pollo**.
- Corte el *chile* de árbol en juliana.
- En un bowl mezcle, la salsa hoissin, salsa de soja, miel, *jengibre*, *ajo*, *vinagre* de *arroz* y el *chile* de árbol.
- Coloque las pechugas de *pollo* y deje *marinar*.
- En una placa para horno con una rejilla coloque las pechugas de *pollo* marinadas.

- Lleve al horno precalentado a 180º por 30 minutos.
- Retire del horno y corte en láminas.

Salsa de ciruela

- Hidrate en agua caliente las ciruelas pasas.
- En una sartén sin materia grasa coloque las semillas de *sésamo* a tostar.
- Corte la parte verde de la *cebolla* de verdeo en juliana.
- En un procesador coloque las ciruelas pasas, el *vinagre* de *arroz* y el *sésamo* tostado
- Procese hasta lograr un puré y agregue el aceite de oliva.
- Vuelva a procesar hasta emulsionar.
- Coloque en un bowl pequeño y espolvoree con el verdeo.

Salsa de wasabi

- Pele y corte la *palta* al medio.
- En un procesador coloque el *jugo* de *limón*, el *wasabi*, la pulpa de la *palta* y el yogurt natural.
- Procese hasta lograr un puré, condimente con sal.
- Coloque en un bowl pequeño y espolvoree con semillas de *sésamo* negro.

Armado

- En una sartén sin materia grasa coloque las tortillas a calentar.
- Corte la parte verde de la *cebolla* de verdeo en tiras del largo de las tortillas.
- Rellene cada tortilla con verdeo, la salsa de *wasabi*, la salsa de *ciruela* y las pechugas de *pollo* fileteada

Presentación

- Sirva dos tacos en cada plato y acompañe con las salsas.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/tacos-de-pollo-mexico-pekin