elGourmet

Wraps de pollo estilo thai con chauchas al vapor

Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Hojas de cilantro: 1 Taza
Salsa De Pescado: 1 cda.
Pollo / Pechugas: 4 Unidad
Ralladura de lima: 2 Unidad
Jugo De Lima: 2 Unidad
Ajo: 2 Dientes
Chile rojo: 1 Unidad
Crema De Coco: 60 cc

Guarnición verde

Plátanos verdes: 2 Unidades
Jengibre rallado: 1 cdita.
Menta fresca picada: 2 cda
Sal entrefina: A gusto
Jugo De Lima: 1 Unidad
Aceite Neutro: Cantidad necesaria
Crema De Coco: 60 cc
Chauchas: 400 grs.

Preparación de la Receta

- Quite las semillas del *chile* rojo y píquelo.
- Pele y pique groseramente los dientes de *ajo*.
- En un mortero coloque el *chile* junto con el *ajo* picado, la ralladura y *jugo* de lima, machaque y agregue las hojas de *cilantro*, machaque nuevamente.
- En un bowl coloque la *crema* de coco y la salsa de pescado, incorpore la *marinada* que preparo anteriormente, mezcle y reserve.
- Quite la piel de las pechugas y colóquelas dentro de la *marinada*, deje reposar unos minutos.

Guarnición verde

- Quite las puntas de las chauchas y cocínelas al vapor.
- En un bowl coloque el *jengibre* rallado, *jugo* de lima, *crema* de coco y la *menta* picada, mezcle y reserve.
- Pele los plátanos y córtelos en finas rodajas de forma diagonal.

Armado

- Unte una hoja de papel *manteca* con *manteca*, acomode en el medio una pechuga y úntela con la *marinada*, envuélvala en la hoja de papel y luego envuélvala en otra hoja, ate con hilo y proceda del mismo modo con el resto de las pechugas.
- Acomode las pechugas envueltas en papel *manteca* sobre una placa con rejilla, coloque un poco de agua sobre la placa sin que llegue a la rejilla y cocine en horno a 180°C durante 15 minutos
- Terminada la cocción retire del horno y quite el papel.
- En una sartén con abundante aceite neutro caliente fría las rodajas de *plátano* hasta dorarlas levemente, luego retire y escurra sobre papel absorbente, sazónelas con sal.

Presentación

- En el plato de presentación sirva una pechuga de **pollo** y acompañe con la *guarnición* de chauchas al vapor y bananas fritas.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/wraps-de-pollo-estilo-thai-con-chauchas-al-vapor