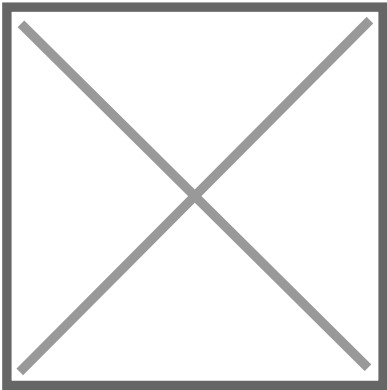




Pollo con arroz «cardina»

Descripción

default watermark



Hoy tenemos una receta que me han pasado, me ha parecido rica y una guarnición distinta para un arroz, incluso para pasta.

Ingredientes: (Para cuatro personas).

- Unos 500 gr de pechuga de pollo.
- 1 pimiento rojo mediano.
- 1 pimiento verde mediano.

- 1 zanahoria hermosa o 2 pequeñas.
- 1 cebolla hermosa.
- 2 dientes de ajo grandes.
- 2 cucharaditas de postre de pimentón dulce. Si os gusta el picante .adelante.
- Arroz necesario para 4 personas. La variedad que os guste, yo he puesto bomba, pero en la receta original basmati.
- Sal, perejil picado, aceite de oliva.

Preparación:

El pollo, si lo compramos en carnicería nos lo preparan a nuestro gusto, si lo comparamos en un hipermercado, lo compraremos en filetes y lo hacemos tiras finas nosotros en casa, sazonamos y reservamos.

Troceamos muy finamente los ajos y el perejil, pasamos a una bolsa de plástico con cierre   zip   (o una bolsa normal que cerraremos con un nudo), metemos el pollo en tiras finas y el pimentón. Cerramos la bolsa y agitamos bien para que se impregne bien el pollo de todos los ingredientes. Reservamos.



Lavamos y limpiamos de pepitas y pedúnculo los pimientos, pelamos el rojo y cortamos en tiras ambos. Limpiamos la zanahoria y partimos también en tiras, para ello he utilizado un pelador, en una de sus posiciones las deja en tiras muy finas como para ensalada. Limpiamos la cebolla y la troceamos en tiras finas.

En una cazuela baja y amplia vertemos un buen chorro de aceite de oliva, llevamos al fuego e incorporamos la zanahoria, que se rehogue bien, añadimos los pimientos y la cebolla, que se dore bien todo.





Una vez hecho, retiramos de la cazuela con una espumadera y reservamos. En el mismo aceite freÃamos el pollo condimentado, dejamos que se frÃa bien e incorporamos los pimientos, mezclamos todo bien y reservamos.





Pasamos a hacer el arroz, la cantidad que solamos hacer y la variedad que nos guste. Siguiendo las instrucciones del fabricante.

Para presentar: Podemos juntar todos los ingredientes, es decir, el arroz y el pollo con las verduras o poner por separado el arroz y lo demás como guarnición.

¡Imaginación al poder!



Consejo: El pollo y las verduras se pueden hacer con antelación, dejando el arroz para el último momento. Si nos apetece al pollo con verduras le podemos añadir nuestra salsa favorita, soja. Lo mismo podemos hacer con el arroz, basmati, bomba.

Síguenos en Facebook: facebook.com/masqpostres

En Instagram: instagram.com/_masqpostres

Mándanos tus recetas, opiniones, sugerencias a nuestro correo: hola@masqpostres.es

Y si quieres recibir al instante nuestras nuevas recetas, suscríbete pinchando en «Suscribir», en la parte superior derecha de nuestro blog o en la inferior si lo haces desde el móvil.

Categoría

1. Arroces
2. Carnes
3. Verduras hortalizas y legumbres

Fecha de creación

febrero 2, 2019

Autor

admin

default watermark