

MARÍA 👨🏻‍🍳



PLATOS PRINCIPALES

Pollo al curry

2 raciones

Ingredientes

- Pollo
- Ajo
- Cebolla
- Tomate
- Leche de coco o nata de cocinar
- Sal
- Pimienta
- Curry
- Aove

Elaboración

1. Picamos el pollo en tacos, salpimentamos, doramos en una sartén con aove y reservamos.
2. Picamos un diente de ajo y media cebolla en brunoise y la rehogamos en la sartén con aove hasta que quede dorada; incorporamos una cucharada de salsa de tomate o unos trozos de tomate (después se puede triturar) y mezclamos un par de minutos a fuego medio.
3. Añadimos sal, pimienta y curry al gusto (en mi caso MUCHO) y removemos con cuidado de que no se nos quemen las especias.
4. De seguido echamos la leche de coco, ponemos el fuego medio y dejamos que rompa a hervir 5-10 minutos para que coja buena consistencia.
5. Pasado este tiempo, incorporamos el pollo y dejamos que se integre todo un par de minutos más.
6. En este momento, podemos ir haciendo el arroz que utilizaremos de acompañamiento.

RECOMENDACIONES

Podéis sustituir el pollo por cualquier otra carne, pero recordad no hacerla mucho en la sartén ya que cuando la añadamos en la salsa se terminará de hacer. Hace poco hice gambas al curry y no me terminaron de convencer porque quedan blandas; en cambio, el pollo no.

Hecho con CookNest

