MARÍA



PLATOS PRINCIPALES

Katsu curry

4 raciones

Ingredientes

- Cebolla
- Manzana verde
- Pastillas de curry
- Agua
- Pechugas de pollo
- Harina
- Huevo
- Panko
- Sal
- Pimienta
- Aove
- Arroz blanco

Elaboración

1. Cortamos la cebolla en juliana y la añadimos a una sartén con aove, sal y cubrimos con agua, tapamos y dejamos a fuego medio hasta que se consuma el agua y empiece a tener color caramelizado
2. Mientras tanto rallamos la manzana que añadiremos una vez se evapore el agua de la cebolla e integramos
3. Troceamos una pastilla de curry y la añadimos junto con agua para diluir el curry, dejamos a fuego medio unos 12-15 minutos que vaya espesando y después trituramos
4. Salpimentamos las pechugas y las pasamos por la estación de rebozado: harina, huevo batido y panko
5. Las colocamos en la bandeja de horno y horneamos unos 20 minutos a 210°
6. Emplatamos el arroz blanco, añadimos la salsa de curry, ponemos por encima el pollo troceado y añadimos un poco de verde (ajetes picados, perejil, albahaca..)

Hecho con CookNest

Todas las recetas de MARÍA
cooknest.app/@easyxbusy · Instagram @easyxbusy