

Pollo al curry



Nombre de la receta

Pollo al curry

Tiempo

75 Minutos

Dificultad

Sencilla

Personas

4

Alérgenos



Sulfito

Descripción

Pollo en salsa de cebolla y zanahoria con toque de curry

Ingredientes

- 4 muslos de pollo con su contramuslo
- 4 dientes de ajo
- 2 cebollas grandes

- 3 zanahorias grandes
- 6 cucharadas soperas de aceite de oliva
- 1.5 vasos de vino blanco
- al gusto de sal
- al gusto de pimienta
- 2 hojas de laurel
- 1 cucharadita de curry

Pasos

1 Comenzamos limpiando el pollo de pieles y grasas y lo partimos en trozos medianos que salpimentamos al gusto. Cubrimos el fondo de la cazuela donde los vayamos a cocinar con aceite de oliva y comenzamos a sellar los trozos de pollo por las dos caras sin que se cocine por dentro.



2 Sacamos a una fuente y reservamos.



3 En el aceite que nos ha quedado ponemos los ajos, la cebolla y la zanahoria picados en cuadros. No hace falta esmerarse en cortarlos demasiado pequeños porque luego se trituran.



4 A continuación añadimos el vino y dejamos que evapore un poco el alcohol. Cuando está sofrito, lo ponemos todo en un vaso de batidora y lo trituramos.



5 Echamos el triturado en la sartén y volcamos el pollo que teníamos reservado con todo el jugo que ha ido soltando en la fuente. Añadimos una o dos hojas de laurel y la cucharada de curry. Damos una vuelta en la salsa con cuidado de que no se nos rompa el pollo.



6 Cubrimos con agua y tapamos para que se cueza a fuego medio durante una media hora aproximadamente. Removemos de vez en cuando para que se haga todo el pollo. Probamos y rectificamos de sal. Cuando esté a nuestro gusto, apartamos y ya tenemos preparado nuestra sencilla y sabrosa receta para comer.



Observaciones o consejos

Si tenemos caldo de pollo añadimos este en lugar del agua pues queda más sabroso. Si no, podemos utilizar una pastilla de caldo concentrado de pollo.

Autor

Matilde Linares