

Pollo en salsa de yogur



Nombre de la receta

Pollo en salsa de yogur

Tiempo

1 Horas

Dificultad

Sencilla

Personas

4

Alérgenos

☐ Leche

Descripción

Pollo en salsa de yogur y cerveza

Ingredientes

- 4 muslos de pollo
- 1 cebolla grande
- 3 dientes de ajo
- 1 yogur de limón
- 1 lata de cerveza
- 1 pastilla de caldo de pollo
- al gusto de sal

- al gusto de pimienta
- al gusto de nuez moscada
- 150 mililitro de aceite de oliva

Pasos

- 1** Prepararemos en primer lugar nuestros muslos quitándoles la piel y partiéndolos en trozos no muy grandes. Los salpimentamos al gusto. En una sartén ponemos el aceite y cuando esté bien caliente echamos los trozos de pollo para dorarlos sin que lleguen a freirse del todo.



- 2** Mientras se dora el pollo ponemos 3 cucharadas de aceite en una olla exprés tradicional (que no sea la rápida) y echamos los ajos partidos en láminas y la cebolla cortada en juliana. Añadimos una pizca de sal y lo pochamos todo.



- 3** Una vez pochados la cebolla y el ajo lo pasamos a un vaso de batidora. Añadimos un poco de agua y trituramos. Reservamos el triturado. En la misma olla ponemos los trozos de pollo dorados escurridos del aceite y añadimos el yogur.



- 4** Rallamos un poco de nuez moscada al gusto y añadimos la cerveza.



- 5** Por último añadimos el triturado de cebolla. Cubrimos con un poco de agua y la pastilla de caldo. Tapamos la olla y hervimos durante 12 minutos a partir de que empiece a silbar.



6 Cuando abrimos la olla, la volvemos a poner un poco al fuego para que se rehaga la salsa con cuidado de que no se nos pase el pollo. Si la salsa nos ha quedado un poco clara, añadimos una cucharadita de harina de maicena disuelta en agua. Cuando la salsita esté ligada a nuestro gusto, ya tenemos preparado nuestro rico pollo para servir.

Observaciones o consejos

Lo podemos acompañar con unas patatas fritas. El conjunto de la cerveza y el toque del yogur le da un sabor muy rico.

Autor

Matilde Linares