

PLATO DE FONDO

STROGONOFF DE POLLO



Ingredientes:

- Muslos (truto) de pollo sin piel y sin hueso o dos pechugas
- 1 cucharada de harina
- Aceite oliva,
- Pimienta
- Sal
- 1 cebolla pequeña
- 1 zanahoria,
- 1/2 pimentón en cubos
- Ajo en polvo
- Cebolla en polvo
- Paprika
- 1 lata de tomate en cubos
- 1/2 taza de vino blanco
- 1 taza de caldo o agua caliente
- 100 cc de crema

Preparación

- Picar y cortar en tiritas 4 o 5 muslos (truto) de pollo sin piel y sin hueso o dos pechugas (el muslo es más jugoso).
- Espolvorear con 1 cucharada de harina y mezclar.
- Dorar por todos lados en un sartén grande a temperatura alta, con aceite oliva, pimienta y sal. Retirar y reservar.
- En el mismo sartén, poner un poco más de aceite de oliva + 1 cebolla pequeña + 1 zanahoria + 1/2 pimentón en cubos + sal + pimienta + ajo en polvo + cebolla en polvo + paprika.



- Cuando la cebolla esté transparente, agregar 1 lata de tomate en cubos + el pollo reservado + 1/2 taza de vino blanco y dejar hervir por tres o cuatro minutos para evaporar el alcohol.
- Agregar 1 taza de caldo o agua caliente + 100 cc de crema.
- Decora con cibulette o cilantro, picado, y disfruta con arroz o con lo que más te guste

