



fajitas de pollo con aromas asiáticos

El hecho de marinar el pollo con el método culinario del sureste asiático permite no solo ablandar el pollo sino también desarrollar plenamente los aromas de las hierbas aromáticas. La misma receta se puede aplicar para unos filetes de pescado blanco.



ingredientes para 4 personas

el jugo de un limón pérsico
125 mililitros de leche de coco
2 cucharas soperas de cebolla cambray finamente picada
6 hojas de albahaca picadas
10 hojas de cilantro picadas
2 tallos de té limón fresco, picados
½ cuchara sobera de jengibre fresco rallado
25 gramos de pimienta roja cortada en daditos
300 gramos de pechuga de pollo cortada en fajitas
100 gramos de fideo de arroz
30 mililitros de aceite vegetal
1 diente de ajo prensado
30 mililitros de salsa soya
1 zanahoria rallada
½ pepino pelado, sin semillas y cortado en cubitos

preparación

1. Mezclar el jugo de limón, la leche de coco, la cebolla, la albahaca, el cilantro, el té limón, el jengibre y el pimienta roja. Dejar marinar con el pollo por una hora. Escurrir las fajitas y reservar el líquido restante.
2. Ablandar el fideo de arroz en agua caliente por 15 minutos.
3. Calentar el aceite y sofreír las fajitas con el ajo y la salsa soya durante 5 minutos. Agregar el líquido restante y cocinar por unos 5 minutos más.
4. Al momento de servir, mezclar el pollo con el fideo, el pepino y la zanahoria.

