

Receta de Pollo Agridulce Con Piña

22 Abr 2014



Buenos días, para hoy os dejo una receta muy rica y fácil de preparar y creo que será del agrado de muchos, se trata de Pollo Agridulce con Piña, espero que os guste.

Ingredientes

- Pechugas de pollo en trozos (cantidad según comensales)
- Sal
- Harina
- Salsa de soja
- Azúcar (dos o tres cucharadas)
- Zanahorias (dos o tres medianas)
- Ketchup
- Piña en almibar (cuatro o cinco rodajas)
- Cebolla (una mediana)
- Pimiento verde (uno o dos)
- Aceite de oliva
- Vinagre

Modo de Preparación

1. En una fuente honda, poner los trozos de carne con sal y salsa de soja, remover y dejar en reposo al menos una hora
2. Pasado el tiempo, escurrir los trozos de carne y pasarlos por harina
3. Poner aceite en una sartén y cuando esté caliente, freír la carne hasta que esté un poco dorada, sacarlos y apartar en una fuente
4. En el mismo aceite a fuego lento , echar el azúcar y cuando esté deshecho añadir las zanahorias peladas y troceadas, la cebolla en trozos medianos y el pimiento también en trozos
5. Cuando la verdura esté blandita, echar la carne con las rodajas de piña troceadas y remover bien
6. En un bol aparte, mezclar el almíbar de la piña, un chorro de ketchup, otro de vinagre y otro de salsa de soja, mezclarlo bien y añadir a la carne
7. Dejar cocer a fuego medio sobre treinta minutos tapado, y removiendo de vez en cuando hasta que la salsa quede espesa