



Merkén SpA

POLLO AGRIDULCE CHINO

RECETAS 

Ingredientes

para dos personas:

- 300g de pechuga de pollo
- 1 huevo
- 1 cucharada de salsa de soya
- 1 cucharada de vino chino (puede ser vino blanco)
- 1 pimiento rojo
- 1 pimiento verde
- 1 diente de ajo
- 1/2 cebolla
- Maicena
- Sal y aceite

Para la salsa agridulce

- 150ml de agua
- 30g de ketchup
- 2 cucharadas de salsa de soya
- 1 cucharada de vinagre de arroz (o de vino si no tienes)
- 15g de azúcar moreno
- 1 cucharadita de maicena o fécula de maíz



Merkén SpA

RECETAS 

Preparación:

1. Cortar el pollo en cubos medianos, un poco más pequeño que el tamaño de un bocado. Hacer lo mismo con la cebolla y los pimientos. El ajo, se debe picar muy fino.
2. En un bol poner el huevo y batir. Añadir el pollo troceado y añadir una pizca de sal, la cucharada de vino blanco y la de soya. Mezclar bien y dejar marinar en el refrigerador entre 4 horas y un día entero (también se puede seguir sin dejar marinar).
3. Cubrir la mezcla con abundante cantidad de maicena y mezclar bien.
4. Meter en el congelador para que la masa repose y mientras tanto, preparar la salsa agridulce que acompañará al pollo. Para ello, poner todos los ingredientes de la salsa, salvo la maicena, en una sartén. Calentar y revolver con frecuencia. Dejar que espese unos 10 minutos y reservar.



Merkén SpA

RECETAS 

Preparación:

5. Sacar el pollo del congelador, retirar el exceso de maicena y freír cada pieza en abundante aceite muy caliente. Cuando estén doradas, retirar y colocar sobre papel absorbente.
6. En un wok o en una sartén grande, calentar un chorrillo de aceite a fuego medio y añadir el diente de ajo picado. Justo cuando comienza a coger color, añadir los pimientos, la cebolla y una pizca de sal. Mezclar todo bien y dejar cocinar 3 minutos más.
7. Añadir la salsa agridulce y una cucharadita de maicena disuelta en 10 ml de agua para que espese la salsa. Mezclar bien y dejar cocinar un par de minutos más, sin dejar de revolver.
8. Añadir el pollo y volver a mezclar todos los ingredientes. Servir inmediatamente.