

ABRAXAS

Pollo al plátano

Hace falta un wok

Tiempo de preparación: menos de 10 minutos

Ingredientes:

- 200 g pechuga de pollo
- 1 cucharada de chili
- 1/2 taza de caldo de pollo
- 1 cucharada de miel
- 3 dientes de ajo
- 1/2 plátano
- 3 cucharadas de nata
- Sal
- Salsa de soja clara
- Aceite de maíz
- 5 ml de brandy

Preparación:

Quitar la grasa del pollo y trocear en dados pequeños,

dejar 12 horas en remojo de salsa de soja y aceite freír el pollo de todos los lados con poco aceite,

poner el ajo troceado y dejar con fuego lento sofrito, sazonar con la sal, poner el brandy y poner una tapa en seguida,

dejar 2 minutos, remover y servir en seguida con ensalada y papas frescas es un plato ideal.

