

Receta de Pollo en Escabeche

25 Jul 2014



Buenos días a tod@s, para hoy os dejo esta rica receta de pollo en escabeche que resulta un plato muy rico para tomar frío y podéis llevar preparado en vuestras salidas al campo en el buen tiempo, seguro que os gustará.

Ingredientes

- Pechugas de pollo o pollo troceado (un kg o mas según comensales)
- Zanahorias (una o dos)
- Cebolla (una grande)
- Laurel (dos o tres hojas)
- Pimienta en grano (una cucharadita)
- Ajos (dos o tres dientes laminados)
- Aceite de oliva (un vaso)
- Vinagre (un vaso)
- Vino blanco (un vaso)
- Tomillo y romero picados
- Sal

Modo de Preparación

1. Salpimentar las piezas de pollo
2. En una cacerola con un poco de aceite de oliva, sellar los trozos de pollo y cuando estén dorados sacar y reservar
3. Pelar las zanahorias y cortar en trozos o en tiritas según vuestro gusto
4. Calentar un poco de aceite en una cacerola y rehogar la cebolla partida en trozos, los ajos laminados y la zanahoria
5. Añadir el tomillo, el laurel y el romero, todo troceado, remover y dejar unos minutos
6. Echar el vaso de vino y dejar reducir unos quince minutos
7. Añadir el pollo a la cacerola, ajustar la sal y echar el vaso de vinagre y aceite si fuera necesario y dejar unos veinte minutos a fuego medio
8. Apartar del fuego y dejar enfriar en el frigorífico
9. Comer mejor de un día para otro y....buen provecho!!!