POLLO AL LIMÓN ESTILO CHINO

Recetízate
Las recetas que hablan de ti
www.recetizate.com

Creador: Toque de Belén **Recetizador:** Paloma RK



Tiempo: 15 minutos
Dificultad: Fácil
Tipo de plato: Segundo plato
Tipo de cocina: Baja en calorías
Otros: Cocina Moderna
Coste: Económico

El truco de esta receta:
Esta en rebozar primero la pechuga en el huevo y después en la maicena para que este muy jugoso.

Descripción:

Este plato hace mucho que lo comemos en casa, es un plato delicioso con pocas calorías y se hace en un momento. seguro que os encantara.

Ingredientes para 1 persona :

- 1 pechuga de pollo
- 12 cucharadas soperas de limón
- 3 cucharadas de vinagre de arroz
- 3 cucharadas de azúcar
- i cucharada de maicena
- Maicena para rebozar
- -1 Huevo

Preparación:

Paso 1

Se hecha sal y pimienta al pollo, se bate un huevo y se mete la pechuga en el huevo como 1/2 hora mas o menos y se va dando vueltas para que quede empapada por todos los lados.Mientras se hace la salsa, se pone el limón en un cazo se deslie la maicena en 7cucharadas de agua fría para que no salgan grumos se añade el vinagre y el azúcar y se pone al fuego revolviendo sin parar se deja hervir un minuto se prueba si necesitas mas azúcar o vinagre o lo que quieras lo pones esto es un poco al gusto de cada uno,luego rebozas la pechuga que esta en el huevo,despues en maicena que quede bien impregnada de maicena por todos los lados esto es muy importante se fríe en aceite caliente, para que quede dorada por fuera y jugosa por dentro aunque penséis que el rebozado es al revés es que es asi y no vale harina en este caso luego la sacáis a un plato y le hacéis unos cortes a la pechuga y la bañáis con la salsa de limón y a la mesa esta estupenda