Curry de Pollo con Pera y Calabacín

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

Creador: Jorge Reina **Recetizador:** Marta Aguilar



Tiempo: 15 minutos
Dificultad: Intermedia
Tipo de plato: Primer plato
Tipo de cocina: Normal
Otros: Cocina Exótica
Coste: Económico

El truco de esta receta:
Poner las peras al final de la cocción y poner la dosís de la leche de coco y el curry a tu gusto. La presentación es muy importante

Descripción:

Curry casero de pollo y peras para sorprender a tus visitas

Ingredientes para 2 personas :

- 2 Filetes de pollo
- 2 calabacin
- un poco de Cilantro picado
- 1 vaso de arroz redondo o tipo basmati
- 1 o 2 de Peras
- 2 cucharas, a tu gusto de Curry en polvo
- gengibre
- 1 cucharada aceite de oliva
- 1/2 cebolla
- 2 dientes de ajo
- medio vaso de Crema o Leche de Coco
- 2 vasos de caldo de verduras
- a tu gusto de 1 cayena
- en tiras de 1 pimiento verde

Preparación:

Paso 1

Sofries el ajo, la cebolla y las tiras de pimiento. Añades el calabacín troceado. Cuando esté dorado añades el pollo troceado. Dóralos. Añades agua, a un nivel que rebase los ingredientes. A los diez minutos sazonalo con gengibre en polvo y el curry en polv. Espera 5 minutos y añades la leche de coco y el caldo vegetal. Déjalo cocer otros 10 minutos y a los 5 minutos antes de retirarlo añades las peras troceadas (éstas no deben estar ni muy duras ni muy tiernas). Debe quedar una salsa contundente. Lo apartas y lo pones en un recipiente para servir aparte con el cilantro fresco picado por encima. No te pases con el cilantro. Es un sabor fuerte y solo debe darle el toque.

Paso 2

Haz el arroz basmati como indican las instrucciones del mismo. A la hora de servir todo. Moldeas el arroz (puedes utilizar un vaso) y añades la salsa curry a su lado. Cada uno lo mezclara a su gusto.