COCINANDOPORLAVIDA
Recetas paso a paso

Ver receta en la web



Pollo con mango y chili: La cena tropical que explotará en tu paladar

Receta para 2

Preparación: 10 min
Total: 15 min
Dificultad: Muy fácil

INGREDIENTES

- [ ] 400 g Pechuga de pollo
- [ ] 1 pizca Mango maduro
- [ ] 1 unidad Chili
- [ ] 1 unidad Pimiento rojo
- [ ] unidad Cebolla
- [ ] 2 unidades Diente de ajo
- [ ] 2 cucharadas Salsa de soja
- [ ] 2 cucharadas Aceite de Oliva
- [ ] 1 pizca Sal
- [ ] 1 Pimienta
- [ ] 1 puñado Cilantro picado
- [ ] 1 chorrito Zumo de limón

PREPARACIÓN

1. Corta la pechuga de pollo en dados uniformes, salpimiéntalos y reserva. Pica la cebolla, el pimiento rojo y los ajos de forma fina.

2. Pela el mango y córtalo en cubos medianos. Asegúrate de que esté maduro pero firme para que no se deshaga por completo al cocinar.

3. En un wok o sartén grande con aceite de oliva caliente, sella el pollo a fuego alto hasta que esté dorado por fuera. Retira y reserva.

4. En la misma sartén, saltea la cebolla, el pimiento, el ajo y el chili picado durante 5 minutos. Incorpora de nuevo el pollo y añade la salsa de soja y el zumo de limón.

5. Finalmente, añade los cubos de mango, saltea solo 1 minuto más para que coja temperatura y sirve inmediatamente con cilantro fresco por encima.