COCINANDOPORLAVIDA
Recetas paso a paso

Ver receta en la web



Pollo en freidora de aire estilo Thai: el truco de la salsa de cacahuete que se hace viral

Receta para 4

Preparación: 15 min
Total: 25 min
Dificultad: Muy fácil

INGREDIENTES

- [ ] 500 g Pechuga de pollo
- [ ] 3 cucharadita Crema de cacahuete
- [ ] 2 cucharadas Salsa de soja
- [ ] 1 chorrito Zumo de limón
- [ ] 1 cucharadita Miel
- [ ] cucharadita Jengibre en polvo
- [ ] Ajo en polvo
- [ ] 1 pizca Sal
- [ ] 1 pizca Pimienta negra
- [ ] 10 ml Aceite de oliva virgen extra

PREPARACIÓN

1. Corta las pechugas de pollo en dados uniformes de unos 3 centímetros para asegurar una cocción pareja. Inserta cada trozo en una brocheta pequeña de madera para formar las piruletas.

2. En un cuenco mediano, prepara la marinada mezclando la crema de cacahuete, la salsa de soja, el zumo de limón, la miel y las especias hasta obtener una crema homogénea.

3. Pincela generosamente cada piruleta de pollo con la mezcla anterior, asegurándote de que queden bien cubiertas por todos sus lados para que el sabor penetre bien en la carne.

4. Coloca las brochetas en el cestillo de la freidora de aire, previamente pincelado con un poco de aceite de oliva, evitando que se toquen demasiado entre ellas.

5. Cocina a 190°C durante unos 10-12 minutos, dándoles la vuelta a mitad del proceso para que se

doren de forma uniforme y la salsa de cacahuete caramelice ligeramente.