

Libreta: Carnes
Creado: 24/03/2018 22:27
URLOrigen: <http://www.tranbel.com/muslos-de-pollo-crujientes-al-estilo-caribe%c3%b1o.html>

Muslos de pollo crujientes al estilo caribeño

INGREDIENTES

- 4 muslos de pollo
- 2 cucharaditas de harina
- 4 cucharaditas de curry
- un poco de aceite de oliva
- 1 taza de arroz
- 2 limas (limoncitos pequeños verdes)
- 2 plátanos
- Sal

PREPARACIÓN

Mezclar el curry con la harina y un poco de sal y frotar los muslos de pollo con esa mezcla.

Calentar un poco de aceite en una sartén honda y freír los muslos hasta que estén dorados. Tapar la sartén, bajar el fuego y dejar durante unos 20 minutos, dándoles la vuelta de vez en cuando.

Cocer el arroz, escurrir y mezclar con el zumo de media lima (o unas gotas de zumo de limón).

Pelar los plátanos, cortarlos en rodajas y añadirlas al pollo. Rehogar durante cinco minutos y rectificar de sal. Se puede añadir un poco de agua si es necesario.

Colocar los muslos y los plátanos en el centro de una fuente. Colocar alrededor el arroz blanco y decorar con unas rajitas de lima. Servir bien caliente.