

Libreta: Carnes
Creado: 24/03/2018 22:33
URLOrigen: <http://www.tranbel.com/pollo-con-salsa-de-yogurt.html>

Pollo con yogurt

INGREDIENTES

- 8 filetes de pechuga de pollo
- 150 gramos de cebolla
- 1 vasito de vino blanco
- 200 ml de yogur natural
- 3 cucharadas de mostaza a la pimienta verde
- una pizca de curry
- 3 yemas de huevo
- aceite de oliva
- sal y pimienta

PREPARACIÓN

Calentar aceite en una sartén y freír las pechugas previamente salpimentadas. En cuanto comiencen a dorarse, se añade la cebolla cortada en aros finos y se deja a fuego lento removiendo de vez en cuando. A media cocción se añade el vino y se deja a fuego lento.

Preparar la salsa poniendo el yogur y las yemas en un cazo al baño maría evitando que hierva. Batir la mezcla hasta que empiece a espesar o se forme en la superficie un poco de espuma.

Añadir la mostaza y el curry y seguir batiendo hasta que la salsa espese, añadiendo por último la salsa de la cocción de las pechugas previamente pasada por un colador para que se quede fuera la cebolla.

Seguir removiendo, ya retirada del fuego, para formar una salsa ligada. Servir las pechugas cubiertas con la salsa.