

Pollo al curry con piña,

Para 6 personas:



Ingredientes:

- 1 k. de pechuga de pollo
- 1 cebolla grande ó 2 medianas
- 1 lata de 225 grs. de piña en su jugo (4 ó 5 rodajas)
- Un puñado de pasas (40 ó 50 grs.)
- 1 manzana
- 1 vaso de los de vino de vino blanco
- Caldo de pollo o agua
- 1 ó 2 cucharaditas (de las de postre) de curry en polvo
- Sal, pimienta negra
- Aceite de oliva virgen



Preparación:

1. Ponemos las pasas en remojo en agua templada para que se ablanden.
2. Limpiamos el pollo de grasa y lo troceamos en cuadrados de 3 ó 4 cms. más o menos, lo salpimentamos.
3. En un caldero ponemos el aceite a calentar (no mucha, que cubra el fondo) y vamos dorando el pollo* por tandas y reservamos.
4. En el mismo aceite de dorar el pollo añadimos la cebolla picadita y la rehogamos a fuego suave unos 10 min. hasta que esté blandita, entonces incorporamos de nuevo el pollo, añadimos la manzana rallada, el vino, el curry*, la sal y cubrimos todo con caldo de pollo o si no tienes con agua*, tapamos y dejamos cocinar a fuego fuerte unos 10 min.*
5. Pasado este tiempo añadimos la piña troceada y las pasas escurridas, dejamos cocinar todo 5 min. más. Si ves que la salsa está muy líquida añade una cucharadita de maicena disuelta en el líquido de la piña.

Consejos y Sugerencias:

- * Fríe el pollo en tandas pequeñas, ya que si pones mucha cantidad de una vez, la temperatura del aceite baja y no se doran bien.
- * La cantidad de curry es orientativa, ajústalo a tu gusto.
- * También puedes usar una pastilla de caldo de pollo.
- * La pechuga de pollo necesita muy poco tiempo de cocción, no te pases porque te quedaría seca.