

POLLO EN SALSA BLANCA



Otra de las recetas más racionales que le vamos a mostrar aquí es esta para preparar un rico pollo en salsa blanca. Ya verá que resulta tan sabrosa como sencilla es su preparación.

Ingredientes:

Pollo en trozos, un kilo

Harina, 120 gramos

Un huevo

Caldo de pollo

Aceite

Leche, 1/4 de litro

Pimienta negra

Sal

Preparación:

Empezamos a hacer este pollo en salsa blanca batiendo el huevo junto a la leche. Por otro lado vamos a mezclar la harina junto al pimentón y la pimienta negra. Si no tienes, puedes emplear las especias que tengas a mano, a tu gusto.

Vamos a pasar los trozos de pollo por la mezcla de harina, procura que queden todos impregnados de ella, porque es importante para que al freírlos queden bien. Después los pasamos por donde tenemos el huevo batido con la leche. Por último volvemos a pasar todos los trozos por la primera mezcla y los vamos colocando en un plato.

Ponemos una sartén a calentar con abundante aceite virgen. Cuando esté bien caliente, vamos friendo los trozos de pollo hasta que estén dorados, para que no queden un poco crudos por dentro, para lo que es propicio que los trozos no

estén cortados demasiado grandes. Los sacamos y colocamos en un plato con papel absorbente para que empape el aceite sobrante.

Calentamos otra sartén con un chorrito de aceite y añadimos un par de cucharadas de la mezcla de harina, dejamos un par de minutos y le añadimos el caldo de pollo y dejamos calentar hasta que hierva. En ese momento bajamos la intensidad del fuego y dejamos unos cinco minutos hasta conseguir una salsa blanca.

Cuando vayas a servir el pollo, acompáñalo con esta que hemos preparado en último lugar.