

Pechugas de pollo salsa de curry y arroz con thermomix

Pechugas de pollo salsa de curry y arroz con thermomix

5 min	5 min 21 min	5 min 21 min 26 min	5 min 21 min 26 min 2/10
5 min 21 min 26 min 2/10 9	5 min 21 min 26 min 2/10 9 12	5 min 21 min 26 min 2/10 9 12 8	

5 min 21 min 26 min 2/10 9 12 8

Para la carne :

800 g de pechugas de pollo Para el arroz :

800 g de agua

300 g de arroz (por ejemplo, basmati)

1 cubo de caldo de ave Para la salsa :

4 cucharadas soperas de crema espesa

1 cucharada soperas de curry en polvo

1 cucharada soperas de harina

1 cebolla de tamaño mediano

Sal y pimienta

Preparar un plato completo de carne y verduras gracias al thermomix TM31 o TM5 de Vorwerk y su Varoma con esta receta de aiguillettes de pollo al curry en el thermomix acompañadas de arroz

Para la carne :

Â»

Colocar las aiguillettes de pollo en la bandeja del Varoma.

Para el arroz :

Â»

Colocar el arroz estilo basmati en el cestillo después de enjuagarlo bajo agua fría.

Â»

Agregar el agua y el cubo de caldo en el vaso del thermomix.

Â»

Colocar el cestillo en el vaso.

Â»

Cerrar el vaso y colocar el Varoma.

Â»

Programar 16 minutos a temperatura varoma, velocidad 3.

Â»

Cuando suene la señal, reservar el arroz y la carne caliente.

Â»

Vaciar el agua del vaso.

Para la salsa :

Â»

Pelar la cebolla, colocarla en el vaso del thermomix y programar 5 segundos, velocidad 5 para picarla. Raspar las paredes del vaso con la espátula.

Pechugas de pollo salsa de curry y arroz con thermomix

Â»

Agregar la crema espesa, el curry, la sal, la pimienta y la harina en el vaso del thermomix y programar 5 minutos a 70°C, velocidad 3.

Â»

Mezclar 20 segundos a velocidad 7.

Â»

Agregar la salsa sobre la carne blanca. Raspar las paredes del vaso.

Puedes emplatar tu hermoso plato y disfrutar de esta deliciosa receta de pollo en el thermomix. Este plato completo es un deleite, una verdadera delicia. ¡ Mmm !