



Pollo con salsa de almendras acompañado de arroz basmati

Familia • Cocíname primero
Cocinando: 20 min • Listo en: 30 min

5



Muslos de pollo
troceados



Arroz basmati



Almendras laminadas



Puerro



Cebollino



Caldo de pollo



Nata líquida

De tu despensa: sal y pimienta, aceite de oliva,
ajo, agua.

Antes de empezar

Lávate las manos al manipular los ingredientes.

Lava tus frutas y verduras.

Utensilios necesarios:

Colador, túrmix, cazo con tapa, jarra medidora, bol mediano, sartén mediana.

Ingredientes

	2P	4P
Muslos de pollo troceados*	250 gramos	500 gramos
Arroz basmati	150 gramos	300 gramos
Almendras laminadas 2)	30 gramos	60 gramos
Puerro	1 unidad	2 unidades
Cebollino*	½ unidad	1 unidad
Caldo de pollo	1 sobre	2 sobres
Nata líquida* 7)	250 gramos	500 gramos
Ajo	1 unidad	2 unidades
Agua	320 ml	640 ml

*Conservar en la nevera

Información nutricional

	Por ración	Por 100 g
en base a los ingredientes sin cocinar	460 g	100 g
Valor energético (kJ/kcal)	3372/ 806	734/ 175
Grasas (g)	28,5	6,2
de las cuales saturadas (g)	12,0	2,6
Carbohidratos (g)	81,1	17,6
de los cuales azúcares (g)	9,8	2,1
Proteínas (g)	36,8	8,0
Sal (g)	2,0	0,4

Alérgenos

2) Frutos secos **7)** Leche.

Para más información sobre los ingredientes, alérgenos y trazas de alérgenos, revisa la lista de ingredientes declarada en cada envase.

¡Ponle nota!

¿Qué te ha parecido la receta?
Entra en hellofresh.es o nuestra app para evaluar la receta.



Cocina el arroz

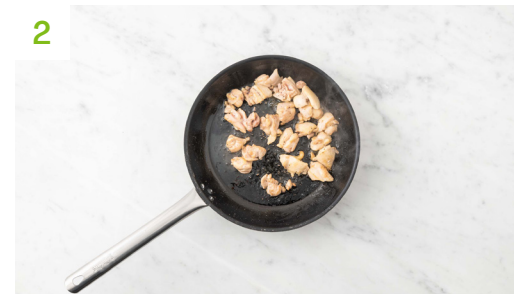
Llena un cazo con el **agua** (ver cantidad en ingredientes) y añade el **arroz** y **sal** al gusto. Cuando hierva, baja a fuego medio-bajo y tapa el cazo. Deja cocinar 11-13 min y remueve de vez en cuando. Una vez cocinado, remueve el **arroz** con la ayuda de un tenedor para separar los granos y resérvalo en el cazo tapado.

CONSEJO: Antes de cocinar el arroz, lávalo para retirar el exceso de almidón y que los granos queden sueltos.



Prepara la salsa

En la sartén, agrega un chorrito de **aceite** junto con el **ajo**. Calienta a fuego medio y cocina 1-2 min o hasta que se dore. Luego, añade el **puerro** y un chorrito de **agua** y rehoga 5-6 min, hasta que quede tierno y casi transparente. Agrega la **nata líquida** y el **caldo de pollo** en polvo, **salpimentado** y cocina 2-3 min.



Saltea el pollo

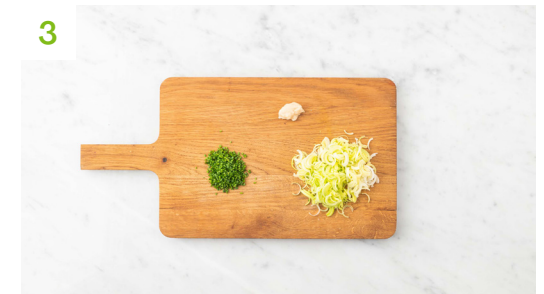
Calienta una sartén a fuego medio-bajo sin aceite y prueba las **almendras** durante 2-3 min, removiendo para que no se quemen. Retira del fuego y reserva en un bol. En la sartén, calienta un chorrito de **aceite** a fuego medio. Agrega el **pollo**, **salpimentado** y cocina 5-7 min, hasta que esté dorado y bien cocinado en el interior. Retira de la sartén y reserva.

RECUERDA: Lávate las manos y los utensilios de cocina después de manipular carne cruda.



Tritura la salsa

Vierte la **salsa** en la jarra medidora junto con casi todas **almendras**, reservando unas pocas para el emplatado. Tritura la **salsa** y las **almendras** con un túrmix hasta que quede una mezcla lisa. Devuelve la **salsa** a la sartén, añade el **pollo** y cocina todo junto 2-3 min. Rectifica de **sal** y **pimentado**.



Prepara las verduras

Mientras se cocina el **pollo**, pela y pica finamente el **ajo** (ver cantidad en ingredientes). Retira las raíces y el extremo verde del **puerro** y deséchalos. Córtales por la mitad a lo largo y, luego, corta en medias lunas finas. Pica finamente la mitad del **cebollino** (doble para 4p) y reserva para el emplatado.



Emplata y disfruta

Emplata el **arroz basmati** en la base de los platos y dispón el **pollo** con **salsa de almendras** encima. Espolvorea las **almendras** restantes y **cebollino** picado al gusto.

¡Que aproveche!