

Pollo al Limón

Receta enviada por Becky Tello

Sartén de 8 pulgadas con tapa

Tazón para Mezclar de 1 cuarto (del Juego de 4 Tazones para Mezclar)

Rinde: 4 porciones

Ingredientes:

4 pechugas de pollo, sin piel ni hueso
4½ cucharadas de azúcar
4½ cucharadas de caldo de pollo
4½ cucharadas de jugo de limón amarillo
¾ de cucharadita de sal
1½ cucharaditas de aceite de sésamo
2 cucharaditas de harina fina de maíz (*corn starch*)
1 corteza rallada de limón amarillo
4 gotas de extracto de limón amarillo

Preparación:

1. Precaliente el Sartén de 8 pulgadas a temperatura media-alta hasta que la superficie esté lo suficientemente caliente para que, al rociarle algunas gotas de agua, éstas reboten (en lugar de evaporarse). Dore las pechugas de pollo por ambos lados. Tape y cocine hasta que estén listas (entre 10 y 15 minutos).
2. Mientras las pechugas se estén cocinando, mezcle todos los ingredientes restantes en el Tazón para Mezclar de 1 cuarto.
3. Cuando las pechugas estén listas, cocine la mezcla a temperatura alta hasta que espese; revuelva constantemente.
4. Vierta la salsa de limón sobre las pechugas cocidas. Sírvalas calientes.