

Pollo en Salsa de Naranja y Jengibre

Receta enviada por Linda Zepeda

Cuchillo del Chef
Tijeras (Juego de 4 Piezas para Rebanar)
Paellera con tapa*
Tazón para Mezclar de 1 cuarto

Tiempo de cocción: 30 minutos
Rinde: 6 porciones

Ingredientes:

6 pechugas de pollo, sin piel y sin hueso (3 libras)
1 taza de cebolla troceada
2 cucharadas de ajo picado finamente
2 cucharaditas de jengibre picado finamente (*ginger root*)
2 cucharaditas de orégano fresco picado
1 cucharada de hojas de albahaca cortadas
2 cucharaditas de harina fina de maíz (*corn starch*)
4 cucharaditas de vinagre blanco
1 taza de jugo de naranja (recién exprimido)
½ taza de pimiento verde cortado en tiras
½ taza de pimiento rojo cortado en tiras
1 taza de naranjas peladas y separadas en gajos
Entre 12 y 15 vainitas (alrededor de ½ libra) de guisantes frescos (*green beans*)
Sal y pimienta negra al gusto

Preparación:

Usando el Cuchillo del Chef, pique los ingredientes de acuerdo a las instrucciones (puede usar las Tijeras para cortar las hojas de albahaca). Precaliente la Paellera a temperatura media-alta durante 3 minutos. Reduzca la temperatura a media, agregue las pechugas de pollo y dore ambos lados (aproximadamente 8 minutos por un lado y 6 por el otro).

Retire la Paellera de la hornilla. Traslade cuidadosamente las pechugas a una tabla, píquelas en trozos con el Cuchillo del Chef y retórnelas al sartén. Agregue la cebolla, el ajo, el jengibre, el orégano y la albahaca. Sofría por 3 minutos a temperatura media; sazone con sal y pimienta negra al gusto.

En el Tazón para Mezclar de 1 cuarto, mezcle la harina fina de maíz, el vinagre y el jugo de naranja. Añada esta mezcla al sartén y cocine hasta que espese, mientras revuelve constantemente (unos 5 minutos). Adicione los pimientos, los gajos de naranja y los guisantes. Tape la Paellera con la válvula Redi-Temp® cerrada. Deje cocinar a temperatura baja durante 8 minutos. Puede servirse sobre arroz.

***Idea:** También podría intentar prepararla en el Sartén Eléctrico RoyalCore.

