



Pollo a la naranja con physalis

"Siempre discretos, siempre dulces, siempre buena compañía"



Ingredientes

200 gr. Physalis Hortifrut
400 gr. pollo deshuesado
1 ltr. jugo de naranja
2 naranjas
1 cebolla
200 cc vino blanco
1 cubo de caldo de gallina
30 gr. maicena
Sal y pimienta

Preparación

Paso 1.- Limpie de grasa y corte el pollo en trozos pequeños.
Paso 2.- Condimente con sal y pimienta, pase por la maicena los trozos de pollo.
Paso 3.- Pique la cebolla en cuadraditos.
Paso 4.- En un poco de aceite, dore los trozos de pollo y retire, deje aparte.
Paso 5.- Dore la cebolla, una vez dorada, agregue el pollo y el jugo de naranja, cueza por 5 minutos.
Paso 5.- Agregue el vino, el caldo de gallina junto con el zeste de naranja (piel sin blanco), y deje cocer por 10 minutos a fuego suave agregue los physalis sin piel y cocine 10 minutos más.

Consejo

Si no le gusta la naranja, puede cambiar el litro de naranja por el jugo de 3 limones.



inspiración de la naturaleza