



# Pollo en salsa de cacahuete estilo satay con chili verde sobre arroz basmati

Fácil y rápido **Picante opcional** • Cocíname primero

Cocinando: 20 min • Listo en: 25 min

14



Pechuga de pollo troceada



Mantequilla de cacahuete



Lima



Salsa de soja dulce



Leche de coco



Arroz basmati



Chili verde



Pasta de curry rojo tailandés

De tu despensa: sal y pimienta, agua, azúcar, ajo.



## Antes de empezar

Lávate las manos al manipular los ingredientes.  
Lava tus frutas y verduras.

## Utensilios necesarios:

Bandeja de horno con papel de horno, bol, colador, cazo con tapa, jarra medidora, bol para mezclar, cazo, rallador fino.

## Ingredientes

	2P	4P
Pechuga de pollo troceada*	250 gramos	500 gramos
Mantequilla de cacahuete <b>1)</b>	60 gramos	120 gramos
Lima	½ unidad	1 unidad
Salsa de soja dulce <b>11)</b>	1 sobre	2 sobres
Leche de coco*	200 gramos	400 gramos
Arroz basmati	150 gramos	300 gramos
Chili verde	½ unidad	1 unidad
Pasta de curry rojo tailandés	1 sobre	2 sobres
Agua	320 ml	640 ml
Azúcar	1 cucharadita	2 cucharaditas
Azúcar para la salsa	1 cucharadita	2 cucharaditas
Ajo	1 unidad	2 unidades

\*Conservar en la nevera

## Información nutricional

	Por ración	Por 100 g
en base a los ingredientes sin cocinar	386 g	100 g
Valor energético (kJ/kcal)	3536/ 845	916/ 219
Grasas (g)	34,4	8,9
de las cuales saturadas (g)	18,2	4,7
Carbohidratos (g)	74,8	19,4
de los cuales azúcares (g)	10,5	2,7
Proteínas (g)	43,3	11,2
Sal (g)	2,9	0,7

## Alérgenos

**1)** Cacahuetes **11)** Soja.

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](https://hellofresh.es) o nuestra app para evaluar la receta.

♻️ ¡Recíclame!



## Cocina el arroz

Precalienta el horno a 220°C. Llena un cazo con el **agua** (ver cantidad en ingredientes), añade el **arroz** y **sal** al gusto y lleva a ebullición. 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.



## Cocina el pollo

Coloca el **pollo** y el **marinado** en una bandeja de horno con papel de horno y repártelo bien en una sola capa. Hornea en el estante superior durante 15 min, hasta que esté bien cocinado en el interior. Dale la vuelta a mitad de cocción.



## Marina el pollo

En un bol mediano, mezcla la **pechuga de pollo troceada**, la mitad de la **pasta de curry rojo**, la mitad de la **salsa de soja dulce**, la mitad de la **mantequilla de cacahuete**, 1/3 de la **leche de coco**, el **azúcar** (ver cantidad en ingredientes) y una pizca de **sal**. Deja marinar en la nevera hasta el paso 4.

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



## Reduce la salsa

En un cazo, agrega la **salsa de cacahuete** y cocina a fuego medio durante 4-5 min, hasta que se reduzca y espese. Luego, agrega el zumo de media **lima** (doble para 4p). Retira las semillas del **chili**, luego, corta la mitad (doble para 4p) en rodajas muy finas.

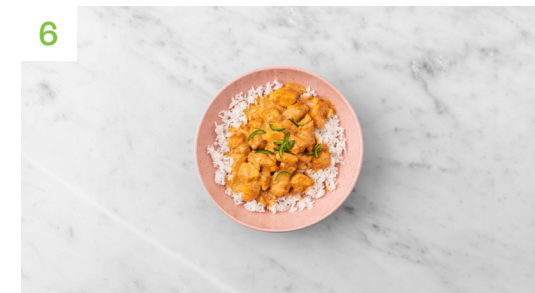
**RECUERDA:** Lávate bien las manos después de manipular el chili.

**CONSEJO:** Puedes agregar un chorrito de agua si prefieres la salsa menos espesa.



## Prepara la salsa de cacahuete

Mientras el **pollo** se marina, pela y ralla el **ajo** (ver cantidad en ingredientes). En un bol, mezcla el resto de la **leche de coco**, de la **mantequilla de cacahuete**, de la **salsa de soja dulce** y de la **pasta de curry rojo**, el **azúcar para la salsa** (ver cantidad en ingredientes), el **ajo** y una pizca de **sal**. Remueve hasta que quede una **salsa** homogénea.



## Emplata y disfruta

Sirve el **arroz basmati** en la base de los platos y coloca el **pollo satay** encima. Cubre el plato con la **salsa de cacahuete** y decora con **chili verde** al gusto.

## ¡Que aproveche!