

Rigatoni al curry con pollo

en salsa cremosa de leche de coco

Familia Rápido • Cocíname primero

3



Rigatoni



Pechuga de pollo troceada



Pasta de curry Rogan Josh



Leche de coco



Cebolla

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



Cocinando: 20 mins
Listo en: 25 mins



Qué bonito es encontrar una receta tan sencilla y tan diferente y llena de sabor al mismo tiempo. En esta ocasión, te invitamos a cocinar unos rigatoni en salsa cremosa de curry con pollo en tan solo 25 minutos, para que los disfrutes junto a quien quieras, para que te prepares un tupper o para que los engullas de una sentada, como tú prefieras.

Antes de empezar

Planifica qué receta cocinarás primero según la caducidad de sus ingredientes y limpia las frutas y verduras. ¡No olvides lavarte las manos!

Utensilios necesarios:

Colador, sartén grande, olla grande, tapa.

Ingredientes

| | 2P | 4P |
|-------------------------------------|---------------|----------------|
| Rigatoni 13) | 180 gramos | 360 gramos |
| Pechuga de pollo troceada* | 250 gramos | 500 gramos |
| Pasta de curry Rogan Josh 9) | 1 sobre | 2 sobres |
| Leche de coco | 180 ml | 360 ml |
| Cebolla | 1 unidad | 2 unidades |
| Orégano | 1 cucharadita | 2 cucharaditas |

*Conservar en la nevera

Información nutricional

| | Por ración | Por 100 g |
|--|--------------|-------------|
| en base a los ingredientes sin cocinar | 420 g | 100 g |
| Valor energético (kJ/kcal) | 3117/ 745 | 742/ 177 |
| Grasas (g) | 32,2 | 7,7 |
| de las cuales saturadas (g) | 16,4 | 3,9 |
| Carbohidratos (g) | 75,6 | 18,0 |
| de los cuales azúcares (g) | 8,7 | 2,1 |
| Proteínas (g) | 39,5 | 9,4 |
| Sal (g) | 2,0 | 0,5 |

Allergens

9) Mostaza 13) Cereales que contienen gluten.

Para más información de alérgenos, revisa la lista de ingredientes declarada en el envase de cada ingrediente.

1



Cuece la pasta

¡Asegúrate de utilizar las cantidades indicadas a la izquierda para preparar tu receta! En una olla, agrega abundante **agua** junto con una pizca de **sal**. Cubre con una tapa y lleva a ebullición. Cuando el **agua** hierva, añade los **rigatoni** a la olla y cocina durante 10-12 min o hasta que queden tiernos. Cuando estén listos, escurre con ayuda de un colador y reserva en la misma olla.

CONSEJO: Puedes agregar un chorrito de aceite a la pasta cocida para evitar que se pegue.

3



Prepara la salsa

Pela la **cebolla**, divídela en dos y córtala en tiras finas. En la sartén, calienta un chorrito de **aceite** a fuego medio. Luego, agrega la **cebolla** y una pizca de **sal** y cocina 6-7 min, removiendo frecuentemente, hasta que quede transparente. Agrega la **leche de coco** y la **pasta de curry Rogan Josh** y cocina a fuego medio 3-4 min, hasta que se reduzca ligeramente. **Salpimenta** al gusto.

CONSEJO: Puedes cocinar la salsa un par de minutos más si la prefieres más espesa.

2



Cocina el pollo

En una sartén, calienta un chorrito de **aceite** a fuego medio. Una vez caliente, agrega el **pollo**, **salpimenta** y cocina 5-6 min, hasta que esté dorado y bien cocinado en el interior. Retira de la sartén cuando esté listo y reserva.

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

CONSEJO: Si tu pollo tiene un olor intenso, no te alarmes, es por el envasado que mantiene su calidad. ¡Estará delicioso al cocinarlo!

4



Emplata y disfruta

Agrega el **pollo** a la sartén con la **salsa** y remueve para cubrir. Luego, agrega el **pollo en salsa de curry** a la olla con la **pasta** y mezcla bien. Prueba y **salpimenta** al gusto. Sirve los **rigatoni** en **salsa cremosa de curry** en platos y espolvorea el **orégano** (ver cantidad en ingredientes).

¡Que aproveche!

¡Recíclame!



¡Ponle nota, chef!
Tu opinión es nuestro
ingrediente secreto.

