

Minifajitas de pollo

Escrito por Paloma -

Lunes, octubre 24, 2016



Esta receta surgió de la manera de inventarse una receta apetecible para un catering en el que trabajé hace poco. Querían “un bocado” (típico del catering, claro!), muy sabroso, que permaneciera hecho un día entero y solamente con calentarlo se pudiera comer como acabado de hacer!

Yo nunca había comido fajitas. Sin embargo, las que se industrializan deben estar tan sumamente poco apetecibles, que siempre que preparo las mías son un triunfo absoluto, son un requerimiento para otros eventos y un reclamo para que los invitados que no están convencidos en acudir, finalmente caigan irremediabilmente rendidos: **minifajitas de pollo**.

Simplemente las presento. Os doy la receta. Es crujiente, sabrosísima, llamativa, convincente... Siento comunicar que no es ideal. En general, porque está basada en una dieta desequilibrada, pobre en calidad en hidratos de carbono y por tanto en glucosa, que nos van a permitir tener un hambre atroz al final de día.... Y de momento con eso me quedo!

Esta receta se la preparo muy a menudo a *Guillem*. Es un jovencito encantador al que le apasiona el fútbol. También le apasiona el picante y estas minifajitas de pollo... Así que va por él. Para que siempre puedas tener esta receta y puedas prepararla por ti mismo. Es un regalo que te brindo, para cuando

crezcas, eches de menos las fajitas y quieras elaborarlas para ti! Que gane el Valencia! Siempre!

Receta Minifajitas de pollo

Según la forma tradicional

Ingredientes (para 20 fajitas)

- 1 paquete de 10 fajitas de trigo (se comercializan en todos los supermercados habituales)
- 1 pimiento grande verde
- 1 pimiento grande rojo
- 1 sazónador para fajitas (se comercializa en los mismos supermercados habituales donde venden las fajitas)
- 1 cebolla grande
- 3 cucharadas de salsa de tomate
- 1/2 kg de carne de pechuga de pollo troceada a tiras finas
- AOVE
- Sal

Preparación

- 1.- En una sartén, salteamos la cebolla con un chorro de aceite de oliva virgen extra (AOVE) previamente cortada a medias lunas.
- 2.- Cuando esté la cebolla a medio dorar, añadimos los pimientos cortados en tiras. Primero el verde y al cabo de unos minutos, el rojo. Salteamos y dejamos que pochen. Cuando estén blandos y algo dorados, sacamos y reservamos.
- 3.- Pasamos las tiras de pechuga de pollo por la sartén caliente, con un chorro de AOVE y una pizca de sal. Si sacan mucho líquido, escurrimos, retiramos y volvemos a pasar para que doren.
- 4.- Después, añadimos las verduras escurridas reservadas y agregamos el sazónador y la salsa de tomate. Salteamos todo a la vez mezclando bien y reservamos.
- 5.- Cogemos las fajitas de trigo, las partimos por la mitad y hacemos un cono con cada una de las partes. Para que el cono aguante la forma sin deshacerse, hemos insertado un palillo, que le ayude a mantener la forma. Ese cono, como para un cucurucho, lo llenamos del mezcladillo de pollo y verduras que tenemos reservado.
- 6.- Lo metemos en el horno a 180°C, y cuando empiece a dorarse, lo sacamos. Habrá quedado crujiente la capa de la masa. Sacamos del horno, quitamos los palillos que mantenían fija la forma y a comer!!

También te puede interesar:

Tarta de chocolate San Valentín

Coca de naranja Mer

Remedio contra estreñimiento: semillas de lino dorado

PDF generado por
Kalin's PDF Creation Station