

# Pollo con nueces

por gijonilla



## Información

**Dificultad:** Fácil

**Comensales:** 6

**Precio:** Baja

**Tipo de plato:** Principal

**Ingrediente principal:** Aves y caza

**Temporada:** Todo el año

**Técnica:** Frito

**País:** España

## Ingredientes

---

150 g de nueces peladas  
2 pechugas de pollo  
4 cucharaditas de fécula de maíz  
Media cucharadita de polvo 5 especias  
6 cebolletas tiernas  
250 g zanahorias  
250 g de brotes de bambú  
1 lata de setas paja  
4 cucharadas de aceite  
125 ml de caldo de pollo  
1 cucharadita de salsa de soja clara  
Sal

## Preparación

---

- Blanqueamos las nueces en agua hirviendo, las pasamos por agua fría y las pelamos. Calentamos el aceite y doramos las nueces. Escurrimos.
- Cortamos en trozos la cebolleta y en dados la zanahoria. Hacemos lo mismo con el bambú y cortamos a la mitad las setas.
- Quitamos la piel a las pechugas y las cortamos en dados.
- Mezclamos la fécula con sal y las especias. Rebozamos en esta mezcla la carne. La freímos en varias raciones 2 minutos. Escurrimos.
- Retiramos el aceite dejando 2 cucharadas y añadimos las zanahorias, la cebolla y las setas. Freímos 1 minuto sin dejar de remover. Agregamos el caldo de pollo.
- Mezclamos la salsa de soja con una cucharada de fécula. La incorporamos a la verdura y damos un hervor.
- Calentamos el pollo en la verdura, añadimos las nueces y servimos.

Notas:

- Las setas se pueden sustituir por champiñones.

<http://www.recetasyvinos.com/receta/434124/pollo-con-nueces/>