

Yo aprendí, yo enseño



11 de Mayo



13:00 h

Pollo Teriyaki
por Esteban Castaño

#YoMeQuedoEnCasa
#QuédateEnCasaConMasterD



ESCUELA DE
HOSTELERÍA Y TURISMO

master.d



ESCUELA DE
HOSTELERÍA
Y TURISMO

POLLO TERIYAKI

Autor: ESTEBAN CASTAÑO, Alumno del Máster Profesional en gestión e innovación gastronómica y ciencias de la alimentación

INGREDIENTES

- 150 grs Contramuslo de pollo con la piel
- 10 ml Mirin o vinagre de arroz
- 50 ml Salsa de soja
- 5 gr Jengibre 5
- 5 gr Ajo
- 10 grs Sésamo o ajonjolí
- 10 grs Azúcar
- 2 grs Fécula de maíz
- Aceite de girasol

ELABORACIÓN

1. Deshuesar el contramuslo y conservar la piel. Pasar la parte de la piel por la fécula de maíz.
2. Aplastar el ajo y el jengibre.
3. En un sartén caliente, sin ningún medio graso tostar él sésamo.
4. En un sartén caliente, agregar el aceite y el pollo por la parte de la piel, dejar cocinar hasta que quede crocante. Una vez la piel esté crocante, voltear el pollo y agregar el ajo y el jengibre aplastados. Pasados unos 5 minutos de cocción agregar la soya, el mirin y el azúcar, dejar reducir.
5. A continuación, pasar el pollo por el ajonjolí tostado.
6. Trocear y servir. Se puede acompañar con arroz basmati o fideos de arroz.