

POLLO ROSTIZADO. Receta tradicional.

Ingredientes:

1 pollo de 1.5 K aprox. Sin vísceras, lavado y seco.

3 ramas de tomillo fresco

Sal y pimienta negra

1 cabeza de ajos partida por mitad

1 limón cortado en cuartos.

3 cdas de aceite de oliva

-en un recipiente mezclar el aceite de oliva, sal, pimienta y tomillo, solo las hojas.

-con esta preparación untamos el pollo por dentro y fuera.

-en una charola para horno con rejilla, colocamos el pollo con la cabeza de ajos y el limón partido dentro del huacal.

-precalentamos el horno a 220°C por 20 minutos y vamos a asar el pollo para que empiece a rostizarse durante 60 minutos, tiempo en el que bañaremos el pollo con sus propios jugos cada 10 minutos aproximadamente.

-para saber si está cocido, pique en la parte más carnosa del ave, con un cuchillo y los jugos deben salir transparentes. (Debajo del muslo es lo ideal)

POLLO FRITO ESTILO KENTUCKY.

Receta de una gran colaboradora y Chef. Adriana Aguilar.

INGREDIENTES:

1 litro de agua

4 cdas de consomé de pollo en polvo

6 piezas de pollo

1 kg de harina de trigo

Sal y pimienta al gusto

Manteca vegetal para freír aprox. 2 kg.

PROCEDIMIENTO:

-Preparar el agua con el consomé y meter en una bolsa de plástico, integrar el pollo y cerrarla perfectamente bien.

-Dejar toda la noche así para marinar dentro del refrigerador.

-Al otro día mezclar en una charola honda y grande: harina, sal y pimienta, sacar el pollo de la marinada y revolcar en la harina, mezclando con las manos y voltearlo varias veces hasta que esté totalmente cubierto.

- Calentar en una cacerola onda la manteca y cuando esté hirviendo agregar el pollo a freír hasta que se dore ligeramente, - mover de vez en cuando.
- Ecurrir el exceso de grasa y servir acompañado de puré de papas y ensalada de col.