



CURRY DE POLLO Y ARROZ (4 RACIONES)

DIFICULTAD PREPARACIÓN

Básico

35 min

COCINADO

20 min

Ingredientes

Pollo (pechuga o contramuslo): 280 gr
Preparado de curry japonés: 1/2 paquete
Cebolla: 1
Patatas: 2
Zanahorias: 2
Dientes ajo: 2
Jengibre natural: 1 pieza
Sal: 1 pizca
Pimienta: 1 pizca
Aceite de oliva: 3 cdas
Arroz de grano corto: 200 gr



Preparación

1. Preparamos los ingredientes para hacer un estofado sencillo. Corta el pollo en dados grandecitos del tamaño de un bocado.
2. Pelamos las patatas, la cebolla, los ajos, el jengibre y la zanahoria.
3. Cortamos las verduras en dados, y la cebolla finamente en juliana.
4. Picamos en trozos pequeños el jengibre y los ajos.
5. En una olla, ponemos el aceite de oliva y, salteamos el ajo y el jengibre.
6. Cuando el aceite se haya aromatizado, añadimos la cebolla y la zanahoria, rehogando hasta que se pochen ligeramente.
7. Añadimos el pollo, sal, pimienta, y salteamos unos minutos.
8. Ponemos las patatas, y cubrimos con agua dejándolo cocer a fuego medio durante 20 minutos.
9. Mientras tanto, ponemos a cocer arroz blanco con agua y un poco de sal.
10. Después de 20 minutos se puede añadir la pastilla de curry al estofado de pollo y verduras. Remueve hasta que se disuelva.
11. Cuando este el arroz y el curry listo, retiramos del fuego y procedemos a servir.
12. En un plato ponemos un par de cucharadas de arroz blanco, añadiendo el curry con la salsa y los ingredientes al lado. ¡Ya está listo para tomar bien caliente!

Notas

- Como alternativa al pollo, puedes preparar esta misma receta de curry variando los ingredientes. Sustituye las verduras, y añade cerdo empanado o un estofado de ternera para un extra de sabor.
- Tiempo de preparación 35 minutos
- Tiempo de cocción 20 minutos
- Tiempo total 55 minutos

AUTOR	NOMBRE DEL DOCUMENTO	REFERENCIAS DEL DOCUMENTO			Página 1 de 1
		Grupo	Edición/Revisión	Fecha	
JuCaSaTa	Curry de pollo y arroz	Carnes	01	01-01-2026	

Este documento y su contenido es propiedad de Juan Carlos Sanz Tamayo. Queda prohibida su divulgación o entrega a terceros sin la previa autorización escrita del propietario.