

RecetaKA

SAMOSAS DE POLLO Y VERDURITAS

Ingredientes para 6 unidades: 6 hojas de masa filo / 50 g de pimiento verde / 50 g de pimiento rojo / 50 g de cebolleta / 250 g pechuga de pollo picada / curry en polvo / mantequilla para pincelar / semillas de sésamo



Elaboración

1. Limpiar las verduras. Cortarlas en brunoise muy pequeños.
2. Rehogar las verduras con un poco de aceite y sal en una cazuela amplia hasta que estén doradas.
3. Cortar el pollo en cuadrados pequeños (primero hago filetes, luego tiras y por último los cuadraditos)
4. Una vez rehogadas las verduras, añadir el pollo y rehogar. Una vez rehogado añadir las especias a gusto. Reservar
5. Precalentar el horno a 190º C. Fundir la mantequilla
6. Coger una hoja de masa filo y cortarla en tres tiras anchas. Poner un par de cucharadas de la mezcla sobre cada una de las tiras (es importante no llenarlas demasiado para que no se desborden en el horno) e ir formando triángulos.
7. Pincelar las samosas. Hornear a 190ºC aproximadamente 12-15 minutos hasta que estén doradas

Nota: Al cocinar los niños tendrán que realizar tareas que no siendo realizadas con cuidado, conllevan riesgos (cortar, hervir, pelar...). Aunque en La Escuela aprenden a realizarlas con prevención, es importante que en casa los padres supervisen, ayuden y se diviertan cocinando con los niños