

# RecetaKA

## BROCHETAS DE POLLO CON SALSA TANDORI

### Ingredientes para 4 personas:

2 pechugas grandes / 2 cebollas / 2 yogures / 2 cdas de pimentón / 1 cda de cúrcuma / 1 cdita de comino en polvo / 1 cda de ajo en polvo / 1 cda de pimienta / 1 cayena molida / 1 cda de jengibre en polvo / 1 cda de jugo de carne / 1 pimiento rojo / 1 pimiento verde



### Elaboración:

1. Para realizar la salsa tandoori:
  - Mezclar en un bol los yogures con un chorrito de aceite y una pizca de sal
  - Tostar en una sartén sin aceite el pimentón, la cúrcuma, el comino, el ajo en polvo, la pimienta, las cayenas molidas y el jengibre en polvo
  - Añadir las especias tostadas al yogur y humedecer con un poco de agua. Mezclar bien
2. Trocear el pollo, salpimentarlo y colocarlo en una bandeja apta para el horno
3. Mezclar el pollo con la salsa tandoori y dejar reposar con esta mezcla como mínimo durante 1 hora
4. Precalentar el horno a 220°C y después asar el pollo a 210°C durante 25 minutos
5. Cortar las cebollas, el pimiento rojo y verde en mirepoix. Pochar en una sartén con un poco de aceite
6. Montar las brochetas alternando las verduras con el pollo jugando con las texturas y colores



*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 ellos*