

Patatas de pollo con guarnición de zucchini



Dificultad: □□□□□

Tiempo de preparación: 25min , Tiempo de cocción: 15min

Tiempo total: 40min , Número de porciones: 6

0 Calorías , **0 g** Azúcares , **0 g** Grasas , **0 g** Proteínas

Autor: Maria

Url: <https://srecetas.es/patas-de-pollo-con-guarnicion-de-zucchini>

Preparación

Elegir patas grandes y retirarles la piel. Cortarles la articulación, pararlas con el hueso hacia arriba y hacer dos cortes pequeños a los costados. Ayudarse con un cuchillo para raspar y limpiar el hueso bajando apenas la carne. Condimentá con pimienta. Mezclar la ralladura y el jugo del limón, el jengibre pelado y rallado, la miel y la salsa de soja. Rociar la carne de pollo y dejarla marinar en la heladera, por al menos 1 hora. Calentar aceite en un wok y saltear las patas por tandas. Volcarles la marinada, bajar el fuego y cocinar 15 minutos, dándolas vuelta. Si la salsa se te seca, incorporar un poco de agua. Para la guarnición, cortar los zucchinis en cuñas cortas; pasarlas por harina y saltearlas en aceite. Retirar, dejar escurrir sobre papel absorbente, salar y servir junto con las patitas salseadas con su fondo de cocción y cebollín picado. Disfrute! Fuente: Revista Maru



Ingredientes

- 6 Patas de Pollo
- 1/2 Limón
- 1 cucharadita/s Jengibre fresco
- 1 taza/s Salsa de soja
- 1 cucharada/s Miel
- 2 cucharada/s Cebollín picado
- 1 poco Aceite de girasol
- 1 poco Sal
- 1 poco Pimienta
- Para la guarnición: 4 Zucchinis
- 1 poco Harina
- 1 poco Aceite de girasol

Categorías

Un día normal, Todo el año, Económico, Aves y conejos, Vegetales, Comida para todos los días, Familia, Gourmet, Una cocinera experta, Visitas, Plato Principal

