

Pollo Minerva

Publicada por:

[imprimir](#)

- 20 '
- 40 '
- 4
- 
- 
- 



Comentario nutricional

La salsa elaborada con yogur y pepino es ligera y se puede emplear para otros muchos platos elaborados con carne o incluso para ensaladas.

Modo express

1. Pele los pepinos y córtelos en bastoncitos de 4 centímetros de longitud y de un grosor mediano. Espolvóreelos con sal y déjelos en un escurridor durante media hora para que pierdan amargor. Limpie y pique el perejil; pele y pique el ajo.
2. Trocee el pollo, lávelo, séquelo y dórelo con el aceite de oliva en el menú Freír/Sofreír a 180º durante 20 minutos. Condiméntelo con la sal y la pimienta recién molida, riéguelo con el brandy y espolvoree la picada de ajo y perejil sobre él.

3. En otro bol, diluya la maicena en las 2 medidas de agua y remueva bien para que no se formen grumos.
4. Añada la mezcla y la leche a los ingredientes de la cubeta, removiendo; cierre la tapa y programe el menú Presión a 135° durante 20 minutos.
5. Mientras espera, mezcle el yogur con el pepino y espolvoree el perejil picado por encima.
6. Sirva el pollo caliente y salseado con la salsa de pepino y yogur.