

POLLO MECHADO CON SALSA DE MOSTAZA AGRIDULCE

Ingredientes: *(Para el pollo)*

- Pechugas de pollo (cantidad según tus necesidades para hacer Batch Cooking)
- 1 cebolla
- 2 hojas laurel
- Pimentón picante (opcional)
- Sal (rosa del Himalaya)

Preparación:

- 1- Poné agua a hervir en una olla.
- 2- Añadí todos los ingredientes y llevalo a ebullición.
- 3- Cociná durante 30-40 minutos a fuego medio. Escurrí, agregá la sal y dejalo enfriar.
- 4- Desmechá el pollo y añadí pimentón para dar algo de sabor, si así lo deseás. Podés usar otras especias como curry, pimienta, etc.
(Nota: colocá el pollo en un tupper, lo cerrás y empezás a agitar hasta que esté bien desmechado).



Ingredientes: **(Para la salsa)**

- 25 g de cebolla
- 15 g de mostaza en polvo
- 5 g de ajo
- 30 g de semilla de mostaza
- 25 g de Natuvia Granulado
- 1 g de cúrcuma
- 1 g de jengibre en polvo
- 1 g de semillas de comino
- 1 g de nuez moscada
- 2 g de sal
- 80 ml de agua caliente
- 20 ml de vinagre de manzana

Preparación:

- 1- Lo primero que debés hacer es pelar y rallar la cebolla y el ajo.
Después, los ponés en un bol y le añadís las semillas de mostaza, el comino, la sal, el jengibre, la cúrcuma y la nuez moscada.
- 2- A continuación, incorporás Natuvia, el vinagre y el agua y mezclás bien.
- 3- Luego, triturrá hasta que la salsa alcance la textura deseada, desde una salsa fina, hasta una en la que se aprecie la textura de las semillas de mostaza.
- 4- Tras probar la salsa, podés rectificarla de vinagre, de agua o de alguna especia al gusto.
- 5- Una vez lista la salsa, cubrís el bowl con film y la conservás en la refrigeradora para potenciar su sabor.

