



# pechugas rellenas de mango

## ingredientes

- 4 pechugas abiertas por la mitad sin piel
- 1 mango cortado en lonchas finas
- 1 lima
- Jengibre fresco
- 2 huevos
- Mantequilla
- Aceite de oliva
- 60 gr. de coco rallado
- 60 gr. de pan rallado

### Salsa:

- 30 gr de mantequilla
- 2 chalotas
- 1 cucharada y media de curry
- 200ml nata
- Medio vaso de caldo de pollo
- Zumo de medio limón

## manos a la obra

- Limpiar y aplastar las pechugas, salpimentarlas y en medio de cada una poner una rodaja de mango, jengibre rallado y un poco de zumo de lima. Cocinar 4 min. hasta que se ablanden, apartar del fuego, añadir el bicarbonato y reservar.
- Se cierra haciendo un paquete, se puede sujetar con palillos.
- Se reboza en huevo y después en coco rallado y miga de pan. Se fríen por todos lados hasta que estén doradas.

### Salsa:

- Rehogar las chalotas picadas y añadir el curry dejándolo cocer unos minutos.
- Después se añade el caldo y se deja reducir a la mitad. Añadir la nata y dejar hervir unos minutos más. Por último, se añade la sal, la pimienta y el zumo de medio limón.

**RECETA PARA: 4 PERSONAS**

**LISTO EN: 1H**

**NIVEL: MEDIO**

**IDEAL PARA: ALMUERZO**