

POLLO MADRÁS CON PURÉ DE PATATA SIN PATATA

1 raciones

15 min

Muy fácil

Invierno · Otoño · Primavera · Verano

Carnes blancas · Pollo · Segundos platos



Información nutricional

Valores por ración

Energía	Proteínas
332 kcal	30 g
Grasas	Carbohidratos
17 g	15 g
Fibra	Sal
4 g	1.6 g

Ingredientes

- 250 g de [pollo-madras](#)
- 150 g de [pure-de-patata-sin-patatas](#)

Preparación paso a paso

TRADICIONAL

- 1** Prepara la receta [url]pollo-madras[/url] y mantenla caliente.
- 2** Prepara la receta [url]pure-de-patata-sin-patatas[/url] y déjalo listo con una textura cremosa.
- 3** Sirve el pollo madrás bien caliente acompañado del puré.

Consejos

- Ajusta el picante reduciendo el chile en polvo en el pollo madrás, manteniendo comino, cilantro y cúrcuma para conservar el aroma.
- Para un puré más espeso, es clave escurrir muy bien la coliflor antes de triturar; si queda seco, añade un hilo extra de aceite de oliva.
- Si quieres una textura más fina en el puré, tritura en caliente; para más “cuerpo”, mezcla menos tiempo.
- Sirve el plato recién hecho y deja reposar el pollo madrás unos minutos antes de emplatar para que la salsa se asiente.
- Acabado gourmet rápido: un hilo de aceite de oliva y cebollino (opcional) sobre el puré justo al final.