



## ENSALADA CON POLLO ESTILO ORIENTAL

### Ingredientes:

#### Ensalada:

- 2 mitades de pechuga de pollo, deshuesadas, sin piel y cortada en fajitas
- 1 cucharadita de jengibre, picado
- 1 diente de ajo, picado
- Sal al gusto
- 2 cucharadas de aceite
- 1 lechuga italiana, troceada
- 1 taza de germinado de alfalfa
- 1 zanahoria, rallada
- 3 tallos de apio, rebanados
- 1 cebolla morada, rebanada

#### Aderezo:

- 3 limones, solo el jugo
- ½: taza de aceite de oliva (125 ml)
- 4 cucharadas de salsa soya
- 1 chile serrano, picado
- 1 cucharada de chile de árbol seco en polvo

### Procedimiento:

1. Para la ensalada, mezcla el pollo con el jengibre, el ajo, salpimenta al gusto. Reserva.
2. Calienta el aceite y fríe el pollo hasta que se cueza por completo. Coloca el resto de los ingredientes en un platón en forma decorativa junto con el pollo.
3. Para el aderezo, licua todos los ingredientes hasta integrar por completo. Ofrece tu ensalada

---

con un poco de este aderezo.

**Tiempo de preparación:**

20 minutos

**Grado de dificultad:**

Fácil

**Porciones:**

4