

INGREDIENTES:



- 60 gramos de aceite oliva virgen extra
- 1 ó 2 dientes de ajo
- 100 ó 150 gramos de uvas negras
- 2 ó 3 filetes de contramuslo de pollo sin piel en tiras (aproximadamente de 330 a 350 gramos)

- sal
- pimienta molida
- 30 a 40 gramos de caramelo líquido
- 50 gramos de pasas sin semillas
- 20 gramos de vinagre de manzana
- 300 a 350 gramos de hojas verdes de ensalada
- 1 cucharada de semillas de sésamo tostado

ELABORACION:

1. Ponga en el vaso el aceite y el ajo y **trocee 3 segundos, velocidad 5** y a continuación, **sofría programando 6 minutos, temperatura varoma, velocidad 1.**

2. Mientras tanto, parta las uvas por la mitad y quíteles las semillas. Reserve.
3. Añada el pollo, sal y pimienta al gusto, el caramelo, las pasas y el vinagre. **Programar 7 minutos, temperatura varoma, giro a la izquierda, velocidad 1** sin poner el cubilete para favorecer la evaporación.
4. Ponga las hojas verdes de ensalada en una fuente de servir y vierta encima el contenido del vaso. Distribuya las uvas, espolvoree con las semillas de sésamo y sirva inmediatamente.
5. **Sugerencia sobre raciones:** (menos/más). Como parte de un bufé puede ser suficiente para 20 raciones. Como entrante de un menú más corto salen 8 raciones.
6. **Accesorio útil:** Fuente de servir.

