



Pollo con Panela

Description

Pollo con Panela or Chicken with Brown Sugar (English version below)

Ingredientes para 2 o 4 porciones

- 2 or 4 piezas de pollo
- 50 mililitros de aceite de oliva
- 3 cucharadas de mantequilla
- 2 dientes de ajo finamente picados
- 2 cebollas finamente picadas
- 100 gramos de panela rallada o azúcar morena
- 2 tazas de agua
- 2 cubos de caldo de pollo
- 4 cucharadas de pasta de tomate
- Sal y pimienta al gusto

Preparación

1. Calentar el aceite en una olla grande.
2. Sazonar los trozos de pollo con sal, pimienta y freírlos en el aceite caliente hasta que estén dorados.
3. Agregar cebolla, ajo a la olla y cocinar por 5 minutos revolviendo, hasta que comiencen a ablandarse y torne a color dorado.
4. Agregar agua, pasta de tomate, caldo de pollo, panela, mantequilla y sazonar al gusto.
5. Cocer el pollo por unos 20-30 minutos o hasta que la salsa espese.
6. Se puede servir con arroz blanco, plátanos y decorar con semillas de ajonjolí

Chicken with Brown Sugar (English version)

Ingredients make 2 to 4 portions

- 2 or 4 pieces of chicken
- 50 millilitres olive oil
- 3 tbsp butter
- 3 tbsp vegetable oil

- 2 garlic cloves, crushed
- 2 onions finely chopped
- 100 grams Brown sugar or Demerara sugar
- 2 cups water
- 2 chicken bouillons
- 4 tbsp tomato paste
- Salt and pepper to taste

Preparation

1. Heat the oil in a large pot.
2. Season the chicken pieces with salt and pepper and brown them in the hot oil until golden.
3. Add the onions and garlic to the pan and cook for 5 minutes, stirring, until they begin to soften and colour.
4. Add onions and garlic to the pot and cook for 5 minutes, stirring, until they begin to soften and are golden brown.
5. Add water, tomato paste, chicken bouillons, brown sugar, butter and seasoning.
6. Cook for about 20-30 minutes or until the sauce thickens.
7. You can serve with white rice, fried plantain and garnish sesame seeds.