



Gyro de pollo a la plancha

Da vida a la cocina mediterránea con pollo a la plancha, vegetales frescos y una sencilla salsa tzatziki, todo envuelto en un pan plano tibio.

INGREDIENTES

- 1 lb/453 g de pollo en bastones
- 1 taza de yogur griego natural, dividido
- 1 cucharada de Sriracha
- ½ pepino inglés rallado fino
- 2 cucharadas de jugo de limón recién exprimido
- 2 cucharadas de eneldo, picado grueso
- 1/3 de taza de cebolla colorada, corte pluma
- 2 tomates Roma (u otro tomate maduro), rodajas de medio centímetro.
- 1 pepino inglés
- Aceite de oliva
- Sal y pimienta a gusto
- 4 panes planos
- 1 pote de humus

INSTRUCCIONES

1. Marina los bastones de pollo en ½ taza de yogur con una pizca de sal y salsa Sriracha durante 1-2 horas.
2. Mientras tanto, prepara la salsa tzatziki mezclando la otra ½ taza de yogur, eneldo, pepino rallado, jugo de limón y una pizca de sal y pimienta. Reserva.
3. Precalienta en fuego medio-alto una plancha acanalada aceitada. La plancha debe humear ligeramente. Precalienta el horno a 150 °C (300 °F)
4. Retira los bastones de pollo de la marinada y deja escurrir el exceso de marinada. Coloca los bastones en la plancha y cocina durante 4-5 minutos por lado. Retíralos de la plancha y colócalos en una tabla de cortar. Apaga el fuego.
5. Coloca el pan plano en la plancha caliente hasta que esté tibio, alrededor de 2 minutos.
6. Corta el pollo en tiras, ten a mano los ingredientes y empieza a armar los gyros en el pan plano usando un cuarto de la cantidad de cada ingrediente: tzatziki, pollo a la plancha, cebolla colorada, tomate y pepino rallado.
7. Envuelve todo con el pan plano y sirve con humus.

INSTRUCCIONES

4 porciones