

Muslos de pollo a la barbacoa

Tiempo total **90 Mins.** 15 Mins. Tiempo de preparación **45 Mins.** Tiempo de marinado **30 Mins.** Tiempo de cocción

Información nutricional (por porción)
4496 kJ / 1124 Kcal

Grasas: **58 g** Proteínas: **105 g**
Carbohidratos: **41 g**

INGREDIENTES

2 porciones

- 4** muslos de pollo
- 3** de aceite de oliva
- cucharadas**
- 125 ml** de yogur natural espeso
- 6** Kikkoman Salsa Estilo
- cucharadas** Japonés Teriyaki para
- Marinados
- 2** de vinagre de manzana
- cucharadas**
- 3** de ajo
- 3** 3 cm de jengibre fresco
- 2** de salsa Tabasco al gusto
- cucharadas**
- 0,5** de curry en polvo
- cucharadita**
- 1 cucharada** de azúcar moreno (o
- miel)
- Aderezo de yogur con lima y hierbas**
- 250 ml** de yogur natural espeso
- 1** de miel
- cucharadita**
- 1 cucharada** de zumo de lima
- 1 cucharada** de ralladura de lima
- 0,5 manojo** de cilantro fresco
- hojas de albahaca fresca

PREPARACIÓN

Pasos 1

Mezcle bien los ingredientes del adobo en un bol: yogur, vinagre, Teriyaki Marinados, azúcar moreno, jengibre rallado, tabasco, curry en polvo y aceite de oliva.

Pasos 2

Machaque el ajo con una prensa y añadádalo al marinado.

Pasos 3

Introduzca el pollo en el marinado y reserve.

Pasos 4

Para el aderezo, mezcle el yogur con el zumo y la ralladura de lima. Añada la miel, la albahaca y el cilantro picados. Mezcle bien y reserve.

Pasos 5

Retire el exceso de marinado del pollo y áselo en una superficie precalentada a fuego medio durante unos 15 minutos por cada lado, dándole la vuelta de vez en cuando.

Pasos 6

Sirva con el aderezo de yogur.