

Japonesa

Platos Fuertes

Pollo Teriyaki Glaseado con Salsa Casera Reducida

⌚ Prep: 10m

🔥 Cocción: 15m

Σ Total: 25m

🍽️ 4 porciones



Ref. visual: Kwan Homsai

MISE EN PLACE / INGREDIENTES [9]

- ☐ 1.5 lbs Contramuslos de pollo con piel deshuesados
- ☐ 0.3 taza (75ml) Salsa de soya japonesa (Kikkoman)
- ☐ 0.3 taza (75ml) Mirin (vino dulce de arroz para cocinar) (Kikkoman Kotterin Mirin)
- ☐ 3 cucharadas Sake japonés o vino blanco seco
- ☐ 2 cucharadas Azúcar morena o blanca
- ☐ 1 cucharada Semillas de sésamo blancas tostadas
- ☐ 1 cucharada Aceite vegetal neutro o de canola
- ☐ 2 tallos Cebollines (cebolletas), finamente rebanados
- ☐ 3 tazas Arroz blanco de grano corto al vapor, para servir

GUÍA DE SUPERMERCADO (EE. UU.)

Mirin Japonés: Kikkoman Kotterin Mirin
Aporta el brillo satinado y dulzor suave característico del teriyaki. • 📍 Pasillo asiático.

SECUENCIA DE COCCIÓN Y PUNTOS DE CONTROL

- 1

Mezclar Salsa Teriyaki

⌚ 2 min

Mezcla la salsa de soya, mirin, sake y azúcar en un tazón hasta disolver los cristales.
✓ Control: Salsa homogénea ámbar oscura.
- 2

Dorar la Piel del Pollo

⌚ 6 min

Calienta 1 cucharada de aceite neutro en la sartén a fuego medio y coloca los contramuslos con la piel hacia abajo. Cocina 6 minutos presionando ligeramente con una espátula.
✓ Control: Piel dorada muy crujiente.
- 3

Voltear y Retirar Grasa

⌚ 3 min

Voltea el pollo, cocina 3 minutos más y retira el exceso de grasa derretida con una toalla de papel.
✓ Control: Sartén limpia de exceso de grasa.
- 4

Reducir, Glasear y Decorar

⌚ 4 min

Vierte la salsa teriyaki en la sartén hirviendo a fuego medio durante 4 minutos mientras bañas el pollo continuamente hasta que espese y alcance 175°F–185°F (79°C–85°C). Rebana sobre las 3 tazas de arroz blanco al vapor y decora con 1 cucharada de semillas de sésamo tostadas y los cebollines rebanados.
✓ Control: Glaseado espeso brillante con sésamo y cebollín.

🛡️ SEGURIDAD ALIMENTARIA Y TEMPERATURA: 165°F (74°C) MÍNIMO OFICIAL OBLIGATORIO DEL USDA PARA AVES DE CORRAL

Seguridad Alimentaria USDA (≥165°F / 74°C) vs Textura Culinaria de Muslos (175°F–185°F / 79°C–85°C): Toda ave debe alcanzar un mínimo obligatorio de 165°F (74°C) para eliminar Salmonella y Campylobacter. En muslos y piezas con hueso, continuar la cocción hasta 175°F–185°F (79°C–85°C) disuelve el tejido conectivo para lograr una carne mucho más tierna y jugosa.

👁️ SEÑAL MAESTRA DE ÉXITO:

Piel dorada glaseada con una salsa espesa de brillo lacado que cubre las rebanadas de pollo sin gotear acuosa.

🔍 POR QUÉ FUNCIONA:

El Significado de 'Teri-Yaki': 'Teri' significa brillo y 'yaki' asado; reducir la mezcla de soya, azúcar y mirin en la misma sartén carameliza los azúcares naturales envolviendo el pollo en un lacado brillante.

⚠️ EVITA ESTE ERROR:

La salsa se quemó y amargó: Cocina la salsa a fuego medio–bajo retirando la sartén cuando comiencen burbujas densas.