Patas de pollo en salsa

Aunque parezca inusual, en muchos países se preparan las patas de pollo de distintas formas. Las patas de pollo son una parte muy nutritiva del animal, pues son **ricas en colágeno** y ayudan a fortalecer los cartílagos y a aumentar la producción de plaquetas. Por ello, son también muy efectivas para combatir algunos trastornos sanguíneos y acelerar la cicatrización.

Además, hay muchas salsas exquisitas con las que podemos acompañar las patas de pollo, o podemos también prepararlas en caldos. En RecetasGratis, esta vez te traemos una deliciosa **receta de patas de pollo en salsa** de tomate. Es una de las formas más suculentas de consumirlas, así que te invitamos a que sigas leyendo y descubras **cómo hacer patas de pollo en salsa** de forma fácil y rápida.

Ingredientes:

- 5 patas de pollo
- 1 trozo de cebolla
- 1 puerro
- 1 zanahoria
- 1 diente de ajo
- 1 hoja de laurel
- 1 taza de tomate troceado sin piel
- 3 pellizcos de romero y pimienta molida al gusto
- 2 vasos de agua
- 1 chorro de aceite de oliva

Pasos a seguir para hacer esta receta:1

Limpia meticulosamente las patas de pollo. Para saber cómo limpiar patas de pollo, introduce las patas en un cazo con agua hirviendo durante 11 segundos. No dejes que pasen demasiado tiempo en el agua o la piel quedará adherida y no podrás sacarla con facilidad. Saca la piel y, ahora sí, déjalas cociendo en agua con sal durante 30 minutos. Resérvalas.

2

Prepara una olla a presión con **un buen chorro de aceite**. Corta el puerro, la zanahoria, la cebolla y pela el ajo. Introdúcelos en la olla cuando el aceite esté caliente.

Truco: *No te preocupes tanto por cómo hayas cortado las verduras, después habrá que triturarlas.*

3

Rehoga las verduras durante 5 minutos y añade el vino. Deja cocer 2 minutos y, a continuación, agrega el tomate y sofríe 2 minutos mas. Es importante que el tomate esté pelado para que después, al triturar, no quede piel.

4

Remueve para que cueza bien, esta salsa tiene que quedar algo espesa, puesto que debe acompañar a las patas de pollo cocidas y es un modo de añadir consistencia al plato.

Agrega 2 vasos de agua al sofrito y tapa la olla, dejando que cueza 5 minutos a partir de que empiece a salir el vapor por la válvula. Baja a fuego medio. Si no utilizas olla a presión, puedes dejar que cueza un poco más (al menos 15 minutos). La zanahoria debe quedar blanda para que en la salsa no salgan trozos duros.

6

Transcurrido este tiempo, tritura para formar **la salsa de tomate y verduras**. Esta debe de quedar suave, lisa y sin grumos, con una textura similar a la de una crema ligera. Añádele sal, pimienta, romero y laurel. Introduce las patas de pollo y mézclalas con la salsa en la olla. Remueve y deja cocer por 5 minutos dejando la tapa entreabierta.

7

Así han quedado nuestras ricas **patas de pollo en salsa**. Puedes acompañarlas con un poco de pan casero para saborear.

Con información de porlavision.com/