BRÚJULA COTIDIANA

Director Riccardo Cascioli

HECHOS PARA LA VERDAD

LA RECETA

Shawarma

CULTURA 21_08_2021

Y aquí está la receta del *shawarma* (o shawerma) que Jesús comió en la cena en honor a Lázaro. La modifiqué un poco agregando unas rodajas de tomate, que en ese momento no se usaba en Israel, y lo acompañé con la salsa de yogur. Además, la temporada de verano es excelente para este plato.

Marinada

1 diente de ajo grande, picado (o 2 dientes pequeños)
1 cucharada de comino molido
1 cucharadita de pimienta de cayena molida
2 cucharaditas de pimentón ahumado
2 cucharaditas de sal
pimienta negra
2 cucharadas de jugo de limón
3 cucharadas de aceite de oliva

Salsa de yogur

1 taza de yogur griego
1 diente de ajo machacado
1 cucharadita de comino
Jugo de limón
Sal y pimienta

Para servir

6 unidades de pan de pita
Hojas de lechuga cortadas en tiras
1 cebolla dulce cortada en aros
Rodajas de tomate

Preparación

Combine los ingredientes de la marinada en un tazón. Agregar el pollo y usar sus manos para asegurarse de que cada pieza esté cubierta con la marinada. Dejar marinar durante la noche o durante 24 horas.

Colocar los ingredientes de la salsa de yogur en un bol y mezclar. Cubrir y refrigerar hasta que sea necesario (en el refrigerador durará 3 días).

Calentar la parrilla/barbacoa (o una sartén grande y pesada en la estufa) a fuego medio-alto. No debería necesitar engrasarlo porque la marinada contiene aceite y los filetes de muslo también tienen grasa.

Colocar el pollo en la parrilla y cocinar el primer lado durante 4-5 minutos hasta que esté bien cocido, luego dé vuelta y cocine el otro lado durante 3-4 minutos (el segundo lado toma menos tiempo).

Retirar el pollo de la parrilla y cubrirlo con papel de aluminio. Dejar reposar durante 5 minutos.

Para servir

Cortar el pollo en rodajas y colocarlo en un plato junto con los panes, la ensalada, la cebolla y la salsa de yogur.

Para hacer una envoltura, tome un trozo de pan de pita y úntelo con la salsa de yogur. Cubrir con un poco de lechuga, cebolla, tomate y pollo Shawarma. Enróllelo y a degustar.