

## GUISO DE PAVO AL CURRY

### Ingredientes

*1 muslo de pavo (400 gr aprox.)  
1 cebolla,  
1 zanahoria,  
1 puerro,  
1 pimiento rojo,  
1 cucharada de curry,  
1 cucharada de caldo de ave light,  
1 cucharada sopera de aceite de oliva,  
1 cucharada de harina light (tipo 1050)*

### Elaboración

- Quitar la piel del muslo y cortar la carne en dados pequeños.
- Rehogar la cebolla, el puerro, el pimiento y la zanahoria, picado fino, y añadir el pavo.
- Añadir una cucharada de harina.
- Añadir la pastilla de caldo, mojar y dejar cocer a fuego lento una hora escasa.