

2020 APIRILA  
**OILASKOA**  
**POLLO**

Ongi bideratua al dago larrialdi-egoeretan elikadurarako eta nutriziorako eskubidea?

¿Está bien encaminado el derecho a la alimentación y a la nutrición en las situaciones de emergencia?. (F. Mousseau, Observatorio del derecho a la alimentación y a la nutrición)



**ZER JAN, HALAKO BAZTAN**



Iturria / fuente: <http://m.gastronosfera.com>

**MARINATU:** osagaiak nahasi. Igurtzi ongi hegala nahastearekin eta utzi hozkailuan 12 h.

**PLA-PLA EGIN:** Pasatu hegala arto-maluta xehatueta.

**LABEA 200° 40'.**

**SALTSA:** osagaiak nahasi.

Atera hegala jogurt-saltsarekin.

**MARINAR:** mezclar los ingredientes.

Untar bien las alitas con la mezcla.

Dejarlas en el frigorífico 12 h.

**REBOZAR** las alitas en los copos de maíz triturados.

**HORNO 200° 40'.**

**SALTSA:** mezclar los ingredientes.

Servir las alitas con la salsa de yogur.

## **OILASKO-HEGAL KURRUSKARIAK JOGURT-SALTSAREKIN ALITAS DE POLLO CRUJIENTES CON SALSA DE YOGUR**

**Osagaiak / ingredientes:** 6 oilasko-hegal / 6 alitas de pollo; **MARINATUA / MARINADO:** koilarakada bat olio / 1 cucharada aceite; koilarakada bat irin / 1 cucharada harina; 30 ml ur / agua; arrautza-gorringo bat / 1 yema de huevo; pipermin ttipi bat xehatu / 1 guindilla cayena pequeña triturada; kumino-pixka bat / una pizca de comino; koilaratxokada baten herena pipergorri / 1/3 cucharadita pimentón; gatza / sal. **PLA-PLA EGITEKO / REBOZADO:** arto-maluta xehatuak / copos de maíz triturados; **SALTSA:** jogurt bat / 1 yogur; gatza / sal; saltsa min zirrista bat / un chorrito de salsa picante.

### **Oilaskoa / pollo**

Oilaskoaren koipearen kalitatea, neurri handi batean, animaliaaren elikaduraren araberakoa da.

La calidad de la grasa del pollo depende, en gran medida, de la alimentación del animal. (www.ucm.es Carbajal, Ángeles)

Ba al zenekien oilaskoak direla munduko hegazti espezie garrantzitsuena?

¿Sabías que los pollos domésticos son la especie avícola más importante del mundo? (FAO)



Baztango Udala