# Arrollados de pollo con verduras grilladas

Tiempo de preparación: 30 Min

## Ingredientes

**Cebolla**: ½ Unidad
**Sal y Pimienta**: A gusto
**Jamòn crudo**: 4 Fetas
**Queso Roquefort**: 150 g
**Pechugas de pollo**: 4 Unidades
**Aceite De Oliva**: Cantidad necesaria
**Ajo**: 1 Diente
**Riñones de conejo**: 250 g
**Queso Gruyere**: 150 g

### Verduras grilladas

**Sal**: A gusto
**Cebollas**: 2 Unidades
**Laurel**: 2 Hojas
**Morrones colorados**: 2 Unidades
**Ajo**: 4 Dientes
**Limones**: 2 Unidades
**Romero**: 1 Rama
**Aceite de girasol**: 200 cc
**Pimienta Negra en grano**: A gusto
**Vinagre de manzana**: 200 cc
**Aceite De Oliva**: Cantidad necesaria
**Morrones verdes**: 2 Unidades
**Calabaza**: 1 Unidad
**Zanahorias**: 4 Unidades

## Preparación de la Receta

- Deshuese las pechugas, retire la piel y abra la carne hasta formar un rectángulo.

### Opción I

- Desgrane el queso roquefort.
- Corte el queso gruyere en láminas.
- Extienda una lámina de papel aluminio sobre la mesada y disponga en el centro 2 pechugas.

- Condimente con sal y acomode en el centro de las pechugas, los quesos, salpimiente y enrolle.
- Envuelva con el papel aluminio, cierre bien los extremos y envuelva con otra lámina de papel aluminio
- Cocine en abundante agua hirviendo durante 15 a 20 minutos aproximadamente.
- Deje enfriar, corte en rodajas y caliente sobre la parrilla caliente.
- Rocíe con aceite de oliva y pimienta negra recién molida.

## Opción II

- Pique el *ajo* y la *cebolla*.
- En una sartén caliente con aceite de oliva saltee el *ajo*, la *cebolla* y los riñones de *conejo*.
- Extienda una lámina de papel aluminio sobre la mesada y disponga en el centro 2 pechugas.
- Condimente con sal, pimienta y acomode en el centro de las pechugas las *fetas* de *jamón* crudo y los riñones de *conejo* salteado.
- Enrolle, envuelva con el papel aluminio, cierre bien los extremos y envuelva con otra lámina de papel aluminio.
- Cocine en abundante agua hirviendo durante 15 a 20 minutos aproximadamente.
- Deje enfriar, corte en rodajas y caliente sobre la parrilla caliente.
- Rocíe con aceite de oliva y pimienta negra recién molida.

## Verduras grilladas

- Corte la *cebolla* en ruedas de 1 cm de ancho.
- Corte los morrones al medio, elimine las semillas, las nervaduras y corte en trozos regulares.
- Corte las zanahorias y la *calabaza* en láminas.
- Machaque los dientes de *ajo* y reserve.
- Exprima los limones.
- En el grill caliente cocine las verduras.
- Deje enfriar las verduras e intercale con el *ajo* y sal dentro un frasco de vidrio.
- Cubra con los aceites, el *jugo* de *limón* y el *vinagre*.
- Agregue los granos de pimienta, el *romero* y el *laurel*.
- Conserve en la heladera con el frasco tapado.

## Presentación

- Sirva las rodajas de **pollo** en los bordes de una fuente, en el centro disponga las verduras.

Consulta la receta original en
**https://elgourmet.com/recetas/arrollados-de-pollo-con-verduras-grilladas**