

Arrollados de pollo con verduras grilladas

Tiempo de preparación: 30 Min



Ingredientes

Cebolla: ½ Unidad

Sal y Pimienta: A gusto

Jamón 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, salpimiento 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>