

Ave con calamares al merquén

Tiempo de preparación: 30 Min



Ingredientes

Bouquet de verduras

Pimiento colorado: 100 g

Habas sin piel: 100 g

Aceite De Oliva: 50 cc

Sal y Pimienta: A gusto

Puntas de espárragos: 200 g

Porotos verdes (Chauchas): 100 g

Dariele de papas y aceitunas

Papas: 1 k

Sal y Pimienta: A gusto

Aceite De Oliva: 75 cc

Aceitunas negras descarozadas: 120 g

Ciboulette: 20 g

Sal gruesa: Cantidad necesaria

Pechugas grilladas

Jugo de Limón: A gusto

Sal y Pimienta: A gusto

Merquen: A gusto

Pechugas de pollo: 6 Unidades

Aceite De Oliva: 20 cc

Pil pil de calamares al merquén

Sal: A gusto

Jugo de Limón: A gusto

Cilantro: A gusto

Tubos de calamar limpios: 360 g

Aceite De Oliva: 100 cc

Merquen: A gusto

Vino Blanco: 100 cc

Ajo: 3 Dientes

Manteca fría: 30 g

Cebolla de verdeo (la parte verde): 30 g

Preparación de la Receta

Pechugas grilladas

- Deshuese las pechugas de *pollo* y retire su piel y excesos de grasa.
- Desprenda el *lomo* y reserve para la elaboración del relleno.
- Condimente con **merquén**, *jugo* de *limón*, sal y pimienta
- En una sartén caliente con aceite de oliva dore las pechugas de *pollo* por ambas caras.

Pil pil de calamares al merquén

- Corte los calamares en rodajas finas y salpimiente.
- Pique finamente el *ajo* y el *cebollín*.
- Corte la *manteca* en cubos y reserve en la heladera.
- En una sartén caliente con aceite de oliva saltee los calamares con el *ajo* durante 3 minutos.
- Agregue el *jugo* de *limón*, el vino, el *merquén*, sal y deje reducir durante 5 minutos.
- Incorpore la *manteca* y mezcle enérgicamente hasta que se emulsione.
- Integre el *cebollín*, el *cilantro* y retire del fuego.

Dariele de papas y aceitunas

- Lave muy bien las papas y pinche en varios puntos.
- En una asadera con un colchón de sal gruesa acomode las papas.
- Cocine en el horno precalentado a 180° C durante 25 minutos aproximadamente.
- Pele las papas y aplaste ligeramente la pulpa hasta formar un puré rústico.
- Pique finamente el *ciboulette* y las aceitunas.
- En una sartén con aceite de oliva caliente las papas y salpimiente.
- Incorpore las aceitunas, el *ciboulette* y cocine unos minutos más.

Bouquet de verduras

- Pele los tallos de los espárragos.
- Corte el *pimiento* en bastones parejos.
- Corte los porotos verdes en trozos regulares.
- En una *cacerola* con abundante agua salada en ebullición blanquee los espárragos, las *habas* y los porotos verdes hasta que estén tiernos.
- Corte la cocción en agua fría y escurra bien.
- En una sartén con aceite de oliva caliente saltee los vegetales durante unos minutos.
- Condimente con sal y pimienta

Presentación

- En el costado de un plato sirva una porción de puré con la ayuda de un aro, en el centro acomode una pechuga y sobre ésta y alrededor el pil pil de *calamar*.
- A un lado sirva una porción de bouquet de verduras.
- Decore con juliana de vegetales fritos.

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/ave-con-calamares-al-merquen>