# Consomé de ave con verduras y quenelles



Tiempo de preparación: 30 Min

## Ingredientes

### Cebollas caramelizadas

**Cebollas**: 2 Unidades

### Ensalada

**Rúcula**: 200 Paquete

### Fondo de ave

**Cebollas**: 2 Unidades
**Huesos de pollo**: Cantidad necesaria
**Zanahorias**: 2 Unidades
**Apio**: 4 Tallos
**Carcazas de Pollo**: Cantidad necesaria

### Guarnición I

**Esparragos**: 2 Unidades
**Zapallitos**: 2 Unidades
**Calabaza**: 1 Unidad
**Puerros**: 2 Unidades
**Habas congeladas**: 150 g
**Zanahoria**: 1 Unidad

### Guarnición II

**Caldo de verduras**: Cantidad necesaria
**Sal y Pimienta**: A gusto
**Claras**: 3 Unidades
**Crema de leche**: 200 cc
**Pechuga de pollo**: 1 Unidad
**Muslos de Pollo**: 2 Unidades

### Torta de clarificación

**Carne de ternera**: 200 g
**Tomate**: 1 Unidad
**Extracto De Tomate**: 2 cdas.
**Puerros**: 2 Unidades
**Claras**: 6 Unidades
**Zanahoria**: 1 Unidad

## Preparación de la Receta

### Cebollas caramelizadas

- Corte las cebollas por la mitad sin *pelar* y lleve sobre un sartén a fuego fuerte hasta que caramelicen
- Reserve

### Fondo de ave

- Limpie las carcazas y los huesos de los exesos de grasa y piel.
- Blanque partiendo de agua fría
- Corte la cocción
- Lave muy bien con agua fría
- Reserve.
- Corte las verduras groseramente.
- Cocine las verduras a partir de agua fría, agregue el *pollo* y las cebollas carmelizadas.
- Deje *hervir* durante 3 horas.
- Cuele el caldo a traves de un colador chino.
- Deje enfriar en la heladera.

### Torta de clarificación

- Pele y despepite el *tomate*, corte en *concassé*.
- Corte las zanahorias y el *puerro* en *brunoise*
- Pique muy bien la carne.
- En un bowl mezcle el *tomate*, la *zanahoria*, el *puerro*, la carne, el extracto y las claras.

### Consomé

- En una *cacerola* mezcle el caldo frío con la torta de clarificación.
- Lleve sobre fuego fuerte, cuando rompa el hervor pase por un colador chino.
- Vuelva a pasarlo por el colador chino con un lienzo.

### Guarnición I

- Corte los zapallitos en octavos, elimine el centro y tornee.
- Pele los espárragos y los puerros corte al bies en la parte media del tallo.
- Pele las zanahorias y corte en láminas, luego en bastones y finalmente en rombos.
- Pele la *calabaza* y corte perlas.
- Pele las *habas* y reserve.
- Blanquee las verduras en el caldo por separado y corte la cocción con agua helada.

## Guarnición II

- Elimine la piel y los excesos de grasa de la carne de *pollo*.
- Corte en cubos y procese con las claras, la sal y la pimienta.
- Fuera de la procesadora agregue la *crema* fría.
- Pase por un *tamiz* de malla fina
- Mezcle con un poco más de *crema*.
- Haga las quenelle con la ayuda de dos cucharas.
- Pochee en el caldo.

## Presentación

- En un costado del palto sirva la *guarnición* de verduras y las quenelles
- Cubra con el consomé.

Consulta la receta original en
**https://elgourmet.com/recetas/consome-de-ave-con-verduras-y-quenelles**