

# 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

**Carcasas de Pollo:** Cantidad necesaria

### Guarnición I

**Espárragos:** 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

**Claros:** 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

Claros: 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 *cacero/a* 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 torneé.
- Pele los espárragos y los puerros corte al bias 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>