Doble pechuga rellena con camarones, nueces y gruyere, salsa supreme con champignones y risotto con verduras



Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Manteca: Cantidad necesaria
Sal y Pimienta: A gusto
Pechugas de pollo: 2 Unidades
Aceite De Oliva: Cantidad necesaria
Vino Blanco: Cantidad necesaria

Relleno

Queso Parmesano: 20 grs.
Espinaca: 1 Paquete
Manteca: 25 g
Crema de leche: 50 cc
Camarones: 50 g
Sal y Pimienta: A gusto
Nueces: 50 g
Aceite De Oliva: 1 cda.

Risotto

Cebolla: 1 Unidad
Azafrán: 1 Cápsula
Vino Blanco: 150 cc
Sal y Pimienta: A gusto
Ajo: 1 Diente
Zanahoria: 1 Unidad
Queso rallado: 1 cda.
Caldo de verduras: Cantidad necesaria
Zapallitos verdes: 2 Unidades
Manteca: 50 g
Morrón Rojo: 1 Unidad
Arroz Carnaroli: 160 g

Salsa

Fondo claro de pollo: 500 cc

Harina: 100 grs.
Sal y Pimienta: A gusto
Champignones: 200 g
Crema de leche: 300 cc

Preparación de la Receta

- Deshuese el *pollo* sin separar las pechugas
- Elimine la piel y los excesos de grasa.

Relleno

- Blanqee las espinacas en agua hirviendo salada
- Detenga la cocción en agua fría
- Reserve.
- Piqe las nueces y los **camarones**.
- En una sartén con aceite de oliva y *manteca* saltee los *camarones* con las nueces
- Condimente con la sal y la pimienta.
- Agregue la *crema* y el queso rallado

Armado

- Condimente la carne de la pechuga con sal y pimienta.
- Cubra con las espinacas y encima los *camarones* con las nueces.
- Doble una pechuga sobre la otra.
- Acomode sobre una platina rocíe con aceite de oliva, el vino, sal y pimienta y *manteca*
- Cocine en el horno durante 8 minutos.
- Filetee la pechuga.

Salsa suprema

- Corte los pie de los champignones y corte en cubos pequeños.
- *Escalope* las cabezas de los champignones
- Reserve.
- En una sartén haga un roux claro con la *manteca* y el *harina*.
- En una *cacerola* con el fondo hirviendo ligue con el roux
- Agregue los pie de champignoes y pase por un colador chino.
- Incorpore los champignones escalfados y la *crema*
- Salpimente.

Risotto

- Pique la *cebolla* doble cinselado.
- Elimimine el corazón y las semillas del *morrón*.
- Corte las verduras en perlas.
- En una sartén con *manteca* saltee la *cebolla* y el *ajo*.
- Agregue las perlas de *zanahoria*, el *morrón* y los zapallitos.

- Incorpore el *arroz* y nacre
- Cubra con el vino cocine hasta que evapore.
- Añada más caldo y el *azafrán*
- Revuelva constantemente.
- Salpimente.
- Cubra con caldo no bien lo requiera
- Cocine durante 15 minutos.
- Entonces agregue la maneca y el queso rallado
- Tape y continue la cocción en forma pasiva.

Presentación

- En el costado de un plato sirva una porción de risotto, a un cosado la pechuga
- Acompañe con la salsa.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/doble-pechuga-rellena-con-camarones-nueces-y-gruyere-salsa-supreme-con-champignones-y-risotto-con-verduras