

# Ensalada de palta frita y pavo

Tiempo de preparación: 30 Min



## Ingredientes

**Ajo:** 3 Dientes

**Aceite De Oliva:** 40 cc

**Pechuga de pavo:** 1 Unidad

**Pimienta Negra:** A gusto

**Sal gruesa:** Cantidad necesaria

## Milanesa de palta

**Aceite para freir:** Cantidad necesaria

**Avellanas:** 100 g

**Paltas:** 4 Unidades

**Pan Rallado:** 50 g

**Huevo:** 1 Unidad

**Sal y Pimienta:** A gusto

## Palillos crocantes

**Huevo:** 1 Unidad

**Queso Parmesano:** 100 grs.

**Masa para empanadas:** 1 Paquete

**Aceite De Oliva:** 20 cc

## Salsa

**Limon:** 1 Unidad

**Caldo de verduras:** 100 cc

**Aceite De Oliva:** Cantidad necesaria

**Sal y Pimienta:** A gusto

**Anchoas:** 50 g

**Alcaparras:** 3 cdas.

**Atún en aceite:** 1 Lata

## Vinagreta de ananá

**Ananá en almibar:** 2 Rodajas

**Aceite De Oliva:** Cantidad necesaria

**Mezclum de Hojas Verdes:**

**Limon:** 1 Unidad

**Sal y Pimienta:** A gusto

# Preparación de la Receta

- Condimente la pechuga de **pavo** con sal gruesa y pimienta negra a gusto.
- Machaque los ajos con piel.
- En una sartén con aceite de oliva, coloque los ajos con piel y selle la pechuga de *pavo* de ambos lados. Retire.
- En una placa para horno coloque la pechuga de *pavo* junto con los ajos y el *jugo* de cocción.
- Precaliente el horno a 180°.
- Lleve al horno y cocine durante 20 minutos. Retire y corte en rodajas finas.

## Milanesas de palta

- Pele la **palta**, corte a la mitad, retire el *carozo* y la piel del centro. Corte en gajos.
- Bata el *huevo* y condimente con sal y pimienta a gusto.
- En un procesador coloque las avellanas y procese.
- En un bowl con pan rallado coloque las avellanas molidas y mezcle.
- Pase la *palta* por *huevo* y luego por la mezcla de pan rallado y avellanas molidas.
- En una sartén con aceite neutro bien caliente fría las milanesas de *palta*. Retire sobre papel absorbente. Reserve.

## Palillos crocantes

- Ralle el queso parmesano.
- Bata el *huevo*.
- Separe los discos de masa para empanadas.
- Sobre la mesada coloque los discos de masa para empanadas, rellene con queso parmesano rallado y enrolle.
- Corte a la mitad, amase y estire hasta lograr un cilindro fino.
- En una placa para horno coloque los palillos de queso parmesano, rocíe con aceite y pinte con *huevo* batido.
- Precaliente el horno a 180°.
- Lleve al horno y cocine durante 10 minutos.

## Salsa

- Corte el *limón* a la mitad.
- En un procesador coloque las anchoas, las *alcaparras*, el *atún*, el caldo de verduras. Condimente con sal y pimienta.
- Agregue el *jugo* de  $\frac{1}{2}$  *limón*. Procese y añada de a poco el aceite de oliva.

## Vinagreta de ananá

- Pique el *ananá*.
- Corte el *limón* a la mitad.

- Corte la mezcla de lechugas con la mano.
- En un bowl coloque el *ananá*, añada el *jugo de limón* y condimente con sal y pimienta.
- Incorpore el aceite de oliva de a poco, mezclando con un batidor de alambre. Mezcle hasta emulsionar.
- En un bowl coloque la mezcla de lechugas y condimente con la vinagreta de *ananá*.

## Presentación

- En un plato coloque 6 rodajas finas de pechuga de *pavo*, la mezcla de lechugas condimentada con la mezcla de *ananá*, la *palta* frita.
- Decore con *alcaparras*, rocíe con la salsa y la vinagreta de *ananá*. Termine con los palillos crocantes.

Consulta la receta original en  
<https://elgourmet.com/recetas/ensalada-de-palta-frita-y-pavo>