

Ensalada de Pollo y Huevos de Codorniz

Tiempo de preparación: 45 Min



Ingredientes

Aceto balsámico: 2 cdas

Azúcar orgánica: 1 cda

Paltas: 3 Unidades

Lechuga criolla: 100 Gramos

Pimienta: c/n

Sal: c/n

Salsa de soja: 2 cdas

Ajo rallado: 1 unidad

Croutons: 100 Gramos

Jugo de Limón: 2 cdas

Pechuga de pollo: 1 unidad

Romero picado: 1 cda

Salsa Inglesa: 2 cdas

Aceite De Oliva: c/n

Vinagreta

Aceite De Oliva: 50 c.c.

Vinagre: 2 cdas

Mostaza de Dijon: 1 cda

Preparación de la Receta

Pollo

- En un bowl mezclar salsa de soja, salsa inglesa, aceto balsámico, *ajo* rallado, azúcar orgánica, *jugo* de *limón*, *romero* picado y agregar la pechuga de **pollo** por 3 horas dándolo vuelta para empapar en toda su superficie.
- Sellar en sartén con aceite de oliva por ambos lados y cocinar en horno a 180° C por 20 minutos.

Paltas

- En sartén con aceite de oliva *dorar* las paltas en mitades, sin *carozo* y con cáscara (1 minuto)

- Dejar enfriar y pelarlas.

Vinagreta

- En un bowl mezclar *mostaza* de dijón, *vinagre* y agregar aceite de oliva en forma de hilo para emulsionar.

Armado

- En la base de la ensaladera colocar hojas enteras de *lechuga*.
- Agregar encima paltas en mitades doradas, huevos de codorniz en mitades, croutones y la vinagreta de *mostaza*.
- Por último incorporar la pechuga de *pollo* feteada, aceite de oliva y pimienta.

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/ensalada-de-pollo-y-huevos-de-codorniz>