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 basede 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