elGourmet

Orzo cremoso con setas, pollo y espinacas



Ingredientes

Orzo: 300 g
Cebolla: 1 Unidad
Caldo de pollo o verduras: 700 - 800 Ml
Hojas de espinaca fresca: 2 puñados
Aceite de oliva: 3 - 4 Cucharadas
Champiñones o setas variadas: 250 g
Ajo: 2 Dientes
Nata para cocinar: 150 Ml
Queso Parmesano Rallado: 40 - 50 g
Sal y pimienta: A gusto

Preparación de la Receta

- Coloca el **pollo** cortado salpimentado con las setas y el *ajo* picados en un recipiente apto para la cesta de la airfryer
- Pulveriza aceite y cocina a 230 ºC (o la temperatura máxima que de tu freidora) durante 12–15 minutos, removiendo a mitad de tiempo y comprobando que el *pollo* esté bien dorado y hecho por dentro
- Agrega el orzo y mezcla con el resto de los ingredientes sellados
- Cubre con caldo bien caliente e introdúcelo en la airfryer
- Cocinar a 200ºC dos minutos más de los que indica el fabricante de la pasta
- A mitad de tiempo, abre, remueve con cuidado y comprueba el punto de líquido ; si está muy seco y el orzo aún duro, *añade* un poco más de caldo caliente
- Cuando el orzo esté casi al dente y aún quede algo de líquido, *añade* la *nata*, las hojas de *espinaca* y el parmesano rallado
- Remueve bien para que la *espinaca* se mezcle y la salsa quede cremosa
- Devuelve el recipiente a la airfryer y cocina 3–5 minutos más a 180 ºC, hasta que el orzo esté tierno, la *espinaca* se haya reducido y la salsa tenga textura cremosa (ni muy seca ni demasiado líquida)
- Para acompañar haremos una teja de parmesano
- En papel de horno rallamos bien de parmesano y cocinamos en la airfryer a 180ºC durante 8 minutos
- El parmesano debe de quedar crujiente
- Saca el recipiente, prueba de sal y pimienta y ajusta si es necesario
- Sirve el orzo cremoso con setas y *pollo* inmediatamente, con la teja de parmesano

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/orzo-cremoso-con-setas-pollo-y-espinacas