Pastel de pollo y ensalada de espárragos y mango



Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Ensalada

Esparragos: 500 g
Mango: 1 Unidad
Aceto balsámico: 20 cc
Sal: A gusto
Azucar morena: 30 grs.
Aceite De Oliva: 50 cc

Masa

Harina: 1 y 1/4 Tazas
Yemas de huevo: 4 Unidades
Sal: Una pizca
Manteca: 150 g
Azucar: 1/2 Taza
Claras de huevo: 4 Unidades

Relleno

Pimiento amarillo: 1/2 Unidad
Extracto De Tomate: 1 cda.
Aceitunas verdes descarozadas: 100 g
Ajo: 2 Dientes
Pechuga de pollo: 1 Unidad
Cebolla Morada: 1 Unidades
Pasas de Uva: 50 grs.
Vino Blanco: 100 cc
Alcaparras: 50 g
Pimiento verde: 1/2 Unidad
Sal y Pimienta: A gusto
Aceite De Oliva: 50 cc
Pimiento colorado: 1/2 Unidad

Varios

Zapallo: 1 Unidad

Preparación de la Receta

Ensalada

- Descarte los extremos duros de los espárragos.
- Pele el mango y corte en láminas finas.
- En una asadera disponga las puntas de los espárragos y encima las láminas de mango.
- Rocíe con aceite de oliva, aceto balsámico, sal y azúcar, lleve al horno precalentado a 160º C durante 10 a 15 minutos.

Relleno

- Pique finamente la *cebolla* y el *ajo*.
- Corte los pimientos en cubos pequeños.
- Corte la pechuga de **pollo** en cubos pequeños.
- En una sartén caliente con aceite de oliva rehogue la *cebolla*, el *ajo* y los pimientos durante unos minutos.
- Incorpore la pechuga y deje cocinar hasta que cambien de *color*.
- Agregue el extracto de *tomate* y mezcle bien.
- Integre las aceitunas, las *alcaparras*, las pasas de uva, sal, pimienta, el vino y deje reducir el líquido sobre fuego bajo.

Masa

- Bata las claras a punto nieve con una pizca de sal y reserve.
- Bata la *manteca* con el azúcar hasta obtener consistencia cremosa.
- Incorpore las yemas, la *harina* tamizada y termine de batir hasta formar una pasta homogénea
- Integre las claras montadas y mezcle con movimientos envolventes.

Armado

- Ahueque el *zapallo*, dentro sirva el relleno y cubra con la masa.
- Cocine en el horno precalentado a 190º C hasta que el *zapallo* esté tierno.

Presentación

- En el centro de un fuente sirva el *zapallo* relleno y a un lado los espárragos con los mangos.
- Decore con flores comestibles.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/pastel-de-pollo-y-ensalada-de-esparragos-y-mango