

# 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

**Claros 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 160° 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 190° 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>