Pechuga de pollo con ensalada de gazpacho



Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Para la ensalada

Cebolla pluma: 1/2 Unidad
Aceite De Oliva: 5 cdas.
Sal y Pimienta: A gusto
Tomates pelados sin semilla: 4 Unidades
Pepino pelado sin semilla: 1 Unidades
Ajo picado: 1/4 Diente
Morrón Rojo: 1/2 Unidad
Vinagre de jerez: 2 cdas.

Para la pechuga

Pechugas de pollo: 4 Unidades
Ajo: 1 Diente
Aceite De Oliva: 1 Pocillo
Sal y Pimienta: A gusto
Romero: 2 Ramas

Para la salsa

Pepino pelado sin semilla: 1 Unidades
Cebolla: 1/4 Unidad
Sal y Pimienta: A gusto
Ajo: 1/2 Unidad
Vinagre de jerez: 3 cdas.
Aceite De Oliva: Cantidad necesaria
Morrón Rojo: 1/2 Unidad
Tomates pelados sin semilla: 4 Unidades

Preparación de la Receta

Para la pechuga

- *Marinar* las pechugas en el *ajo*, *romero* y aceite de oliva por una horas.

Para la salsa

- *Marinar* todas las verduras en el *vinagre* con 4 cds de aceite oliva por un dia. poner todas las verduras marinadas en una licuadora.
- Salpimentar, licuar e ir incorporando de a poco 150cc de aceite de oliva, rectificar de *vinagre*, sal, pimienta enfriar en la heladera.

Para la ensalada

- Hacer una ensalada, reservar

Armado

- Calentar una sarten con aceite de oliva y cocinar las pechugas.
- En un plato hondo poner un poco de salsa la ensalada por encima en el centro y la pechuga por encima

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/pechuga-de-pollo-con-ensalada-de-gazpacho-3