Pechuga de pollo rellena envuelta en tocineta acompañada con puré de papa y vegetales

Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Hojas de Albahaca: A gusto
Tomates secos: 80 grs.
Queso de Cabra: 200 g
Tocineta: 300 g
Pechugas de pollo: 6 Unidades
Reducción de aceto balsámico:

Puré rustico

Sal: A gusto
Papa pastusa: 6 Unidades
Aceite de oliva extra virgen: 100 cc

Vegetales

Esparragos: 10 Unidades
Berenjenas: 2 Unidades
Pimentón rojo: 1 Unidad
Espinacas - hojas: 10
Calabacitas verdes: 2 Unidades

Preparación de la Receta

- Abra las pechugas de **pollo** por la mitad sin separar las mitades.
- Extienda una hoja de papel film y sobre esta superponga bien estiradas las *fetas* de **tocineta** , terminado este paso acomode encima la pechuga de *pollo*, luego los tomates secos, las hojas de *albahaca* y bastones de queso de cabra, luego enrolle con ayuda de papel film pero sin que el papel quede dentro del arrollado, por ultimo, si enrolle con el papel film y presiones los bordes, proceda del mismo modo con el resto de los ingrediente, reserve en la heladera durante 3 horas antes de la cocción.

Vegetales

- Corte las berenjenas en cuartos y quíteles el centro, luego córtelas en bastones regulares
- Proceda del mismo modo con los calabacines y corte el *pimentón* rojo en pequeños triángulos.
- En una olla con abundante agua hirviendo con sal blanquee las hojas de *espinaca*, los espárragos y los calabacines unos segundos, retire y escurra sobre papel absorbente.

Puré rustico

- Pele las papas, córtelas en rodajas y cocínelas en una olla con abundante agua hirviendo con sal hasta que estén tiernas, luego cuélelas bien, agregue el aceite de oliva y realice un puré, sazone con sal y pimienta

Armado

- Transcurrido el tiempo de reposo de los arrollados de *pollo* retírelos de la heladera y quite el papel film.
- En una sartén caliente con aceite selle las pechugas de *pollo* rellenas junto con los triángulos de *pimentón* rojo y los bastones de *berenjena*, una vez dorados levemente retire y termine la cocción en horno precalentado a 200°C durante 12 minutos
- Terminada la cocción retire del horno y deje reposar unos minutos, luego corte los rollos de pechugas en rodajas.

Presentación

- Sirva en un plato una cama de puré rustico, alrededor acomode los vegetales y encima del puré disponga las rodajas de *pollo* relleno.
- Decore con reducción de *vinagre* balsámico.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/pechuga-de-pollo-rellena-envuelta-en-tocineta-acompanada-con-pure-de-papa-y-vegetales