

Pechuga tonatta

Tiempo de preparación: 30 Min



Ingredientes

Aceite De Oliva: 2 cdas.

Pechuga de pavo: 1 Unidad

Sal y Pimienta: A gusto

Caldo

Apio: 10 Hojas

Cebollines: 2 Unidades

Hinojo: 1/2 Bulbo

Sal y Pimienta: A gusto

Puerro: 2 Tallos

Ensalada

Jugo de Limón: 1 cda.

Mash: A gusto

Rúcula: A gusto

Aceite De Oliva: A gusto

Cebolla Colorada: 1 Unidad

Mayonesa

Sal: A gusto

Jugo de Limón: 1 Unidad

Pimienta blanca: A gusto

Aceite De Oliva: 1 Taza

Yemas: 3 Unidades

Agua: 1 cda.

Mostaza: 1 cda.

Salsa

Anchoas: 2 Filetes

Estragón fresco: 2 Rama

Cebollines: 12 Unidades

Sal y Pimienta: A gusto

Vino Blanco: 1 Taza

Aceite De Oliva: 3 cdas.

Apio: 5 Tallos

Orégano fresco: 2 Ramas

Hinojo: 1 Bulbo

Zanahorias: 4 Unidades

Puerro: 5 Tallos

Atún en aceite: 3 Latas

Alcaparras: 1 cda.

Preparación de la Receta

- Deshuese la pechuga.
- Condimente luego de ambos lados con sal y pimienta.
- En una sartén caliente con aceite de oliva selle la pechuga primero del lado de la piel junto con la carcaza.

Vegetales

- Corte groseramente los tallos de *apio* y las ramas de *puerro*.
- Pele y corte los cebollines en cuartos.
- Pele y corte las zanahorias groseramente.
- Corte en cuartos el bulbo de *hinojo*.
- Escurra el aceite del *atún*.

Caldo

- Pele y corte los cebollines en cuartos.
- Corte el *puerro* groseramente.
- Corte el bulbo de *hinojo* en trozos.
- Coloque en una olla la carcaza de *pavo*, junto con los vegetales, cubra con agua caliente y condimente con sal y pimienta, tape la olla y deje reducir a fuego moderado.

Mayonesa

- Coloque en la procesadora las yemas junto con la sal y el agua, procese mientras agrega en forma de hilo el aceite de oliva
- Luego incorpore el *jugo de limón*, la pimienta blanca y la *mostaza*
- Una vez integrados por completo los ingredientes retire de la procesadora y reserve en un bowl en la heladera.

Ensalada

- Coloque en un bowl las hojas de *rucula* y las hojas de mash, condimente con aceite de oliva y *jugo de limón* justo en el momento de servir.
- Pele y pique bien chiquita la *cebolla* colorada
- Reserve.

Armado

- En una placa para horno coloque los vegetales cortados junto con el *atún*, el *estragon*, el *orégano*, aceite de oliva, *alcaparras*, sal, pimienta y el *pavo*, por ultimo bañe con vino blanco y cocine en horno precalentado a 180°C durante 20 minutos
- Retire la pechuga del horno y deje reposar.
- Procese los vegetales donde cocino la pechuga junto con las anchoas hasta formar un puré liso
- Una vez lograda la consistencia requerida agregue dos cucharadas de *mayonesa* y una cucharadita de agua, procese nuevamente hasta integrar.
- Corte la pechuga en *fetas*.

Presentación

- Acomode en una fuente las *fetas* de pechuga, luego las hojas de la ensalada condimentadas y por encima la salsa.
- Decore con *alcaparras* a gusto y *cebolla* colorada

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/pechuga-tonatta>