Pechugas en Escabeche

Tiempo de preparación: 180 Min

Ingredientes

Para el escabeche:

Granos de pimienta: Cantidad necesaria
Cebollas: 4 Unidades
Aceite Vegetal: 800 cc
Vinagre de Alcohol: 400 cc
Laurel: 3 Hojas
Zanahorias: 8 Unidades

Para las pechugas:

Apio: Cantidad necesaria
Cebolla: Cantidad necesaria
Pechugas de pollo o pavo: 2 Unidades
Laurel: Cantidad necesaria
Bouquet Garni:
Zanahoria: Cantidad necesaria
Puerros: Cantidad necesaria

Preparación de la Receta

Para el escabeche

- Cortar 4 cebollas en pluma no demasiado finas y 8 zanahorias en monedas
- Llevar a una sartén en frío.
- Agregar 3 hojas de *laurel*, granos de pimienta, 400 cc de *vinagre* de alcohol y 800 cc de aceite vegetal
- Llevar a fuego bajo hasta cocinar los vegetales.

Para las pechugas

- Elaborar un caldo de vegetales con *apio*, *zanahoria*, *cebolla*, *puerro*, *laurel*, pimienta y un bouquet garni
- Cocinar las pechugas hasta que estén blanditas durante 1 hora aproximadamente

- Una vez que las verduras están cocidas, dejar reposar en el caldo de cocción
- Luego, retirar del caldo y deshilachar con 2 tenedores.
- Llevar las pechugas deshilachadas a un recipiente amplio y volcar el escabeche sobre la carne.
- Mezclar bien, dejar que baje la temperatura y reservar durante una noche en la heladera.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/pechugas-de-pavo-en-escabeche