Pechugas de pollo con endibias braseadas

Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Pechugas de pollo: 4 Unidades
Aceite De Oliva: 30 cc
Sal y Pimienta: A gusto

Caldo

Cebolla: 1 Unidad
Ciboulette: 1 cda.
Laurel: 2 Hojas
Caldo De Pollo: 1½ L
Tomates cherry: 100 grs.
Panceta: 100 g
Perejil: 1 cda.
Extracto De Tomate: 1 cda.
Sal y Pimienta: A gusto
Aceite de Nuez: 1 cdita.
Zanahoria: 1 Unidad
Tomillo: 1 Rama
Puerros: 2 Unidades

Endibias braseadas

Caldo De Pollo: 500 cc
Cebolla: 1 Unidad
Aceite De Oliva: 1 cdita.
Manteca: 1 cda.
Endibias: 4 Unidades
Laurel: 2 Hojas
Sal y Pimienta: A gusto
Zanahoria: 1 Unidad

Vinagreta

Sal: 1 Una pizca
Pimienta: A gusto
Aceto balsámico: 1 cda.
Aceite de Nuez: 45 cc

Preparación de la Receta

- Condimente las pechugas con sal y pimienta.
- En una sartén caliente con aceite de oliva dore las pechugas comenzando por el lado de la piel.
- Retire el excedente de aceite de la sartén, dé vuelta las pechugas y termine la cocción en el horno.

Endibias braseadas

- Corte la *cebolla* y la *zanahoria* en cubos medianos.
- Corte las endibias al medio a lo largo
- En una *cacerola* con *manteca* y aceite de oliva rehogue la *cebolla* y la *zanahoria* con el *laurel* .
- Disponga las endibias encima, salpimiente y bañe con el caldo.
- Cubra la sartén con papel aluminio y cocine en el horno durante 8 minutos.
- Cubra con el *jugo* de cocción y reserve.

Caldo

- Corte la *panceta* en tiras finas.
- Corte la *zanahoria* y la *cebolla* en *brunoise*.
- Corte los puerros en rebanadas finas al sesgo.
- Desgrane el *tomillo*.
- Corte el *perejil* en juliana.
- Pique el *ciboulette*.
- Corte los tomates al medio.
- En una *cacerola* caliente con aceite de nuez dore la *panceta*.
- Incorpore la *cebolla*, la *zanahoria*, el *puerro* y deje rehogar.
- Agregue el caldo, el *tomillo*, el *laurel*, el extracto de *tomate*, sal, pimienta y cocine a hervor durante 10 minutos.
- Incorpore el *ciboulette*, el *perejil* y cocine 1 minuto más.
- Retire del fuego y añada los tomates.

Vinagreta

- En un bowl mezcle el aceite, sal, pimienta y el aceto balsámico.

Presentación

- En el centro de un plato sirva una *endibia*, encima la pechuga de **pollo**.
- Alrededor sirva el caldo.
- Rocíe con la vinagreta.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/pechugas-de-pollo-con-endibias-braseadas