

Pollito de Leche Relleno con Arroz Salvaje

Tiempo de preparación: 45 Min



Ingredientes

Arroz salvaje

Aceite De Oliva: 100 miliitros Almendra: 50 Gramos Caldo De Pollo: 4 Tazas Mantequilla: 90 Gramos Nuez de la india: 50 Gramos Pimienta negra molida: c/n

Pistacho: 50 Gramos Arroz blanco: 1 Taza Sal: c/n Arroz salvaje: 1 Taza

Pollito de leche

Limón sin semilla: 3 Piezas Albahaca: 1/2 Taza

Pimienta negra molida: c/n Pollito de Leche: 2 Piezas

Sal: c/n

Puré de verduras

Zanahoria: 2 Unidades

Albahaca: c/n

Arándano deshidratado: 25 Gramos Calabaza: 2 Piezas Caldo De Pollo: c/n Chayote: 1 unidad

Mantequilla: 100 Gramos Orejón de manzana deshidratado: 25 Gramos

Crema: 1 Taza

Papa: 2 Unidades

Preparación de la Receta

Arroz salvaje

- En una cacerola colocar un poco de aceite y mantequilla dorar el arroz salvaje, añadir el caldo y dejar cocinar.
- En otra *cacerola* colocar un poco de aceite y *mantequilla dorar* el *arroz* blanco, añadir el caldo y dejar cocinar.
- Pasados 10 minutos añadir la sal a cada cocción del arroz y terminar de cocinar.
- El arroz salvaje tarda 15 minutos más en cocerse que el arroz blanco.
- En una sartén dorar levemente las nueces, pistaches y almendras fileteadas y reservar.
- En un tazón agregar el arroz cocido y mezclar con los frutos secos, sazonar con sal y pimienta, usar para rellenar el pollito

Puré de verduras

- *Pelar* y cortar las verduras, cocinar a fuego medio durante 20 minutos hasta que estén suaves.
- En un procesador licuar los vegetales, los *orejones*, *arándanos*, hojas de *albahaca* y caldo de *pollo* necesario para moler
- En una sartén fundir la mantequilla y agregar el puré de verduras, incorporar la crema para batir,
- Mezclar y sazonar.

Pollito de leche

- Remojar el pollo en leche, previamente, escurrir antes de usar.
- En un tazón verter aceite de oliva, sal, *albahaca*, pimienta y el *jugo* de *limón*, bañar el pollito de leche con esta mezcla.
- En una charola colocar una cama de *cebolla* y encima el *pollo*, rellenarlo con la mezcla de *arroz* y semillas, salpimentarlo y bañarlo con el marinado de *albahaca*.
- Llevar a horno por 25 minutos a 190° C sin tapar.
- Servir acompañado de puré de verduras y mezcla de arroz restante.

Consulta la receta original en https://elgourmet.com/recetas/pollito-de-leche-relleno-con-arroz-salvaje