

# Pollo a la sal

Tiempo de preparación: 30 Min



## Ingredientes

**Romero:**

**Sal gruesa:** 500 grs.

**Agua:** Cantidad necesaria

**Pata - Muslo de Pollo:** 4 Unidad

## Guarnición

**Batatas medianas:** 4 Unidades

**Aceite De Oliva:** 20 cc

**Sal y Pimienta:** A gusto

**Panceta ahumada:** 150 g

## Mayonesa de aceitunas

**Limon:** 1 Unidad

**Ciboulette:** 1 cda.

**Crema de leche:** 60 cc

**Sal:** A gusto

**Aceitunas verdes descarozadas:** 60 g

**Mayonesa:** 100 g

## Verduras salteadas

**Cebolla de verdeo:** 2 Unidades

**Berenjena:** 1 Unidad

**Pimiento rojo:** 1 Unidad

**Vinagre de vino:** 50 cc

**Pimienta:** A gusto

**Sal gruesa:** A gusto

**Cebolla:** 1 Unidad

**Pimiento amarillo:** 1 Unidad

**Zucchini:** 1 Unidad

**Azafrán:** 1 cda.

## Preparación de la Receta

- Limpie el extremo de la pata y deshuese el *muslo*.
- En una fuente con sal gruesa coloque la pata *muslo* con la piel hacia arriba, agregue el *romero* y cubra con sal gruesa.

- Rocíe con agua.
- Precaliente el horno a 200°.
- Lleve al horno y cocine durante 20 minutos aproximadamente
- Retire el exceso de sal de la pata *muslo*.

## Verduras salteadas

- Corte la cáscara de la *berenjena* en cubos.
- Pele y corte la *cebolla* en tiras gruesas.
- Corte el *pimiento* rojo y amarillo, retire las semillas y la parte blanca
- Corte en cubos.
- Corte la *cebolla* de verdeo a la mitad y en rodajas.
- Corte el *zucchini* a la mitad y en rodajas.
- En una sartén con aceite de oliva rehogue la *cebolla*, agregue los pimientos, la *berenjena*, la *cebolla* de verdeo y el *zucchini*.
- Condimente con sal gruesa y pimienta a gusto.
- Añada el azúcar y el *vinagre* de vino, deje evaporar el alcohol
- Cocine durante unos minutos.

## Guarnición

- Corte la *panceta* ahumada en tiras gruesas.
- Lave las batatas con piel.
- En una olla con agua salada hirviendo coloque las batatas con piel y cocine durante 10 minutos
- Retire y corte las batatas en rodajas.
- En una sartén caliente saltee la *panceta* ahumada
- Cocine hasta desgrasar
- Retire la mitad y reserve
- Agregue las batatas, añada aceite de oliva, sal y pimienta
- Cocine de ambos lados hasta *dorar*.
- En otra sartén coloque la *panceta* ahumada reservada y cocine hasta *dorar*
- Retire sobre papel absorbente.

## Mayonesa de aceitunas

- Pique el *ciboulette*.
- Corte el *limón* a la mitad.
- Pique las aceitunas verdes previamente descaroizadas.
- En un bowl coloque las aceitunas verdes, la *mayonesa*, el *ciboulette* y la sal.
- Agregue *jugo* de *limón* con la ayuda de un colador para evitar las semillas.
- Añada la *crema* de leche y mezcle hasta emulsionar.

## Presentación

- En un plato coloque las verduras, la pata *muslo* sobre las verduras, la *panceta* y las batatas apiladas a un lado

- Rocíe con la *mayonesa* de aceitunas.

Consulta la receta original en  
<https://elgourmet.com/recetas/pollo-a-la-sal-3>