Pollo como a mí me gusta

Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Sal y Pimienta: A gusto
Caldo De Ave: ¼ L
Cilantro: 1 cda.
Pechugas de pollo: 4 Unidades

Flan de échalotes

Leche: 150 cc
Sal y Pimienta: A gusto
Echalottes: 4 Unidades
Huevos: 2 Unidades
Crema de leche: 150 cc

Guarnición

Morrones colorados: 2 Unidades
Sal y Pimienta: A gusto
Aceite De Oliva: 30 cc
Zanahorias: 2 Unidades
Zucchinis: 3 Unidades

Relleno

Harina: 50 grs.
Aceite De Oliva: 1 cda.
Puerros: 2 Unidades
Manteca: 50 g
Caldo De Ave: 100 cc

Salsa

Manteca: 50 g
Jugo de cocción del pollo:
Jengibre: 15 g

Preparación de la Receta

Relleno

- Corte los puerros en fina juliana.
- En una sartén con aceite de oliva y *manteca* rehogue los puerros.
- Agregue la *harina* y revuelva para formar un roux.
- Vierta el caldo y revuelva hasta espesar.
- Reserve en la heladera.
- Rellene una manga de repostería.

Armado

- Elimine la piel de las pechugas y rellene el interior con la preparación de puerros.
- Pique el *cilantro*.
- En una sartén caliente el caldo y cocine las pechugas.
- Condimente con el *cilantro*, sal y pimienta.

Salsa

- Pele y pique el *jengibre*.
- Recupere el *jugo* de cocción del **pollo** y lleve a reducción con el *jengibre*.
- Emulsione con la *manteca* fría.

Flan de échalotes

- Pique las échalotes.
- Lleve la leche a hervor con las échalotes picadas.
- Pase por un colador chino.
- Mezcle la leche con la *crema*, los huevos, sal y pimienta.
- Distribuya en moldes individuales para flan y cocine a baño María en el horno.

Guarnición

- Corte los morrones, los *zucchini* y las zanahorias en bastones finos.
- En una sartén caliente con aceite de oliva saltee los morrones, las zanahorias y los *zucchini*
- Salpimente

Presentación

- Sirva la *guarnición* de verduras en el centro de un plato, encima la pechuga fileteada, rocíe con la salsa.
- Acompañe con un flan de échalote.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/pollo-como-a-mi-me-gusta