

# Pollo con sal de apio y berro

Tiempo de preparación: 30 Min



## Ingredientes

**Aceite De Oliva:** Cantidad necesaria

**Pechugas de pollo orgánicas:** 4 Unidades

### Ensalada de berro huevo y apio

**Berro:** 1 Tazas

**Papa cocida:** 2 Unidades

**Apio:** 1 Planta

**Huevos duros:** 3 Unidades

### Mayonesa de berro

**Jugo de Limón:** 2 cdas.

**Sal:** A gusto

**Berro:** 1 Tazas

**Yemas:** 2 Unidades

**Ajo:** 1 Diente

**Aceite De Oliva:** 3/4 Taza

**Agua Caliente:** 2 cdas.

**Mostaza de Dijon:** 2 cdas.

**Aceite de girasol:** 50 cc

### Sal de apio

**Pimienta Negra en grano:** 1 cda.

**Semillas de apio:** 1/4 Taza

**Sal Marina:** 1/2 Taza

## Preparación de la Receta

- Retire la grasa y abra las pechugas al medio, encima coloque un plástico y machaque con una masa, hacia fuera, para emparejar.

### Sal de apio

- En un procesador coloque las semillas de **apio**, sal marina y pimienta negra en grano.
- Procese y coloque en una fuente.

## Armado

- Pase el **pollo** por la sal de *apio*.
- En una sartén con aceite de oliva cocine las pechugas de *pollo* de ambos lados hasta *dorar*.

## Mayonesa de berro

- Limpie el **berro** y pique.
- Pele y machaque el *ajo*.
- En un procesador coloque el *berro*, el *ajo*, la *mostaza* de dijón y la sal.
- Procese agregando el aceite de girasol en forma de hilo, agregue las yemas de a una, incorpore el aceite de oliva y el *jugo* de *limón*
- Procese hasta emulsionar, retire y lleve a la heladera a enfriar.
- Mezcle  $\frac{1}{4}$  taza de *mayonesa* de *berro* con el agua caliente.

## Ensalada de berro, huevo y apio

- Limpie el *berro*.
- Separe las hojas verde claro de los tallos.
- Corte en tiras finas las hojas y el corazón del *apio*.
- Pele los tallos grandes con un pela papas y coloque en un bowl con agua helada.
- Pele y corte los huevos duros en cuartos.
- Corte las papas al vapor en láminas.
- En un bowl coloque las hojas de *apio*, los rulos del tallo, el *huevo* duro, las papas, el *berro*, mezcle bien y condimente con la *mayonesa* de *berro*.

## Presentación

- En un plato coloque el *pollo* con la ensalada y rocíe con la *mayonesa* de *berro*.

Consulta la receta original en  
<https://elgourmet.com/recetas/pollo-con-sal-de-apio-y-berro>