Pollo cordón Bleu

Tiempo de preparación: 60 Min

Ingredientes

Para el aderezo:

Mayonesa: 2 Cucharadas
Miel: 1 Cucharadita
Jugo de ½ limón:
Mostaza: 1 Cucharadas
Ciboulette: 1 Puñado

Para el pollo por unidad

Pechuga: 1 Unidad
Jamón cocido: 1 Feta
Queso Gruyere: 30 gr.
Sal y Pimienta: A gusto
Queso Reggianito: 30 gr.
Queso muzzarella: 20 gr.

Para el rebozado

Harina: Cantidad necesaria
Huevo batido: Cantidad necesaria
Panko: Cantidad necesaria
Sal y Pimienta: A gusto
Leche: Cantidad necesaria
Pan Rallado: Cantidad necesaria

Para la bechamel

Manteca: 100 gr.
Harina: 100 gr.
Crema: 300 gr.
Nuez Moscada: A gusto
Leche: 300 cc.
Queso rallado: 50 gr.
Sal y Pimienta: A gusto

Para la ensalada:

Espinaca: 1 Atado
Pepino: 1 Unidad
Cebollino:
Albahaca:
Aceite de oliva:
Sal y Pimienta: A gusto

Arvejas: 1 Taza
Palta: 1 Unidad
Eneldo:
Menta:
Jugo de 1 limón:

Preparación de la Receta

- Para la bechamel
- En una sartén de bordes altos derretir la
- *Manteca* sin que se queme
- Agregar *harina* y mezclar bien con batidor hasta
- Integrar y lograr un roux claro.
- Añadir leche, *crema* y mezclar hasta lograr una
- Salsa blanca espesa.
- Incorporar queso rallado, sal, pimienta y nuez
- Moscada
- Debe quedar bien espesa
- Reservar.
- Para el **pollo**
- Abrir la pechuga de *pollo* por un lado tipo
- Libro y entre 2 separadores aplastar con martillo de carnes para bajar el
- Espesor hasta 5 mm aprox.
- Acomodar sobre el *pollo* 1 feta de *jamòn cocido*
- dejando los bordes libres-, untar un poco de la bechamel, queso reggianitto rallado
- Por encima.
- Añadir bastones finos de queso gruyere y de muzarella.
- Enrollar por el lado largo envolviendo bien los
- Quesos y formar un rollo firme.
- Envolver fuertemente con papel film hasta
- Formar un tubo firme
- Enfriar hasta que
- Se peguen bien los bordes.
- Una vez frìo pasar el *pollo* primero por *harina*,
- Luego por *huevo* con un poco de leche y terminar de apanar por una mezcla de pan
- Rallado y *panko* (50 y 50)
- Freír en abundante aceite caliente (170ª C)
- Hasta *dorar* y cocinar en el interior.
- Para la ensalada
- En un bowl mezclar hojas de *espinaca*, arvejas,
- Pepino aplastado y cortado, *palta* en cubos, cibultette, *eneldo*, *menta* y
- *Condimentar* con sal, pimienta, aceite de oliva y *jugo* de *limòn*.
- Para el aderezo
- Mezclar *mayonesa*, *mostaza*, *ciboulette*, miel,
- *Jugo* de *limòn*
- Para el armado
- Servir el polo en gruesas rodajas con la
- Ensalada con queso rallado por encima y el aderezo de *mayonesa* al lado.

Consulta la receta original en
https://onlinebiblelearning.org/recetas/pollo-cordon-bleu