Pollo crocante con puré de garbanzo



Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Canela: 1 cda.
Aceite: 50 cc
Sal y Pimienta: A gusto
Anís en polvo: Una pizca
Pan Rallado: 200 g
Manteca: 60 g
Clavo De Olor: 2 Unidades
Pechuga de pollo: 6 Unidad
Cinco especias: 1/2 cda.
Comino: 1 cda.

Bolas de puré de garbanzo

Aceite para freir: Cantidad necesaria
Semillas de sésamo blanco: 100 g
Jugo de Limón: 30 cc
Garbanzos: 300 g
Aceite De Oliva: 60 cc
Aceite de Sésamo: Cantidad necesaria
Ajo: 2 Dientes
Sal y Pimienta: A gusto
Semillas de sésamo negras: 100 g

Flores de cebolla

Cebolla: 2 Unidad
Romero: 1 cda.
Sal y Pimienta: A gusto
Cebolla Morada: 2 Unidades
Ajo: 5 Dientes
Aceite De Oliva: 40 cc

Varios

Perejil: Bouquet

Preparación de la Receta

- En un bowl coloque el *comino*, la canela, el anís, cinco *especias*, clavo de olor, sal y pimienta a gusto.
- Agregue el pan rallado y la *manteca* blanda
- Mezcle bien.
- Coloque la preparación entre la piel y la carne de la pechuga de **pollo**
- Cierre con la piel.
- En una sartén con aceite neutro coloque las pechugas de *pollo* con la piel hacia abajo
- Selle de ambos lados.
- En una fuente para horno coloque las pechugas de *pollo*.
- Precaliente el horno a 180º.
- Lleve al horno y cocine durante 30 minutos aproximadamente
- Retire.

Bolas de puré de garbanzo

- Pele el *ajo*, agregue sal y muela con el filo del cuchillo hasta lograr una pasta.
- En un procesador coloque los garbanzos previamente cocidos, el *jugo* de *limón*, el aceite de *sésamo*, sal y pimienta
- Procese hasta lograr un puré.
- Agregue la pasta de *ajo* y el aceite de oliva
- Vuelva a procesar y retire.
- Tome porciones del puré de **garbanzo** con una cuchara y de forma circular con ayuda de otra cuchara
- Pase algunas bolitas por semillas de *sésamo* blanco y otras por semillas de *sésamo* negro.
- En una olla con abundante aceite caliente coloque las bolitas de puré de *garbanzo*, cocine durante 1 minuto y retire sobre papel absorbente.

Flores de cebolla

- Corte los extremos de la *cebolla* morada, con un cuchillo corte en gajos sin llegar hasta la base de la *cebolla*
- Con las manos separe los gajos.
- Corte la *cebolla* criolla en cuartos grandes.
- Deshoje el *romero*.
- En una fuente para horno coloque la *cebolla* morada y la *cebolla* criolla
- Coloque dentro los ajos.
- Agregue sal, pimienta, *romero* y *ajo*
- Rocíe con aceite de oliva.
- Precaliente el horno a 180º.
- Lleve al horno hasta cocinar
- Retire del horno y quite los ajos.

Presentación

- En una bandeja coloque las pechugas de *pollo*, las flores de *cebolla* morada y las bolas de puré de *garbanzo*, rocíe con el *jugo* de cocción de las pechugas y decore con un bouquet de *perejil* fresco.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/pollo-crocante-con-pure-de-garbanzo