Pollo de grano Relleno con Pistacho



Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Pollo orgánico deshuesado: 1 Unidad

Caldo de Ave

Aceite De Oliva: 2 cdas.
Harina: 1 cda.
Aceite de ajo: 1 cdas.
Huesos de pollo: Cantidad necesaria
Caldo De Ave: 50 cc
Vino Blanco: 50 cc
Sal y Pimienta: A gusto
Mirepoix (zanahoria, cebolla, apio en cubos): 100 g

Menestron de lentejas rojas

Cebolla: 1 Unidad
Bróccoli blanqueado: 50 g
Pimiento verde: 1/2 Unidad
Aceite De Oliva: Cantidad necesaria
Sal y Pimienta: A gusto
Jugo de cocción reservado:
Ajo machacado: 1 Unidad
Pimiento rojo: 1/2 Unidad
Tomillo: 2 Ramas
Orégano: 1 cda.
Zucchini: 1 Unidad
Apio: 1 Unidad
Lentejas rojas: 100 g

Relleno

Crema: 100 cc
Champiñones de París: 100 g
Vino Blanco: 30 cc
Aceite De Oliva: Cantidad necesaria
Sal y Pimienta: A gusto
Echalotte: 1 Unidad
Cognac: 30 cc
Pimiento rojo: 1 Unidad
Mostaza de Dijon: 10 g
Pistachos pelados picados: 100 g
Pechuga de pollo: 1 Unidad
Clara de huevo: 1 Unidad

Varios

Hierbas frescas:
Aceite de hierbas:
Ensalada de bortes:
Rejas de papa:
Reducción de balsámico:
Aceite de tomate:

Preparación de la Receta

Relleno

- Pele y pique el *echalotte*.
- Pique los pistachos, los morrones y los champigñones.
- En una sartén con aceite de oliva rehogue el ecahlotte picado
- Flambee con cognac.
- Pique la carne de **pollo** y coloque en un bowl a baño maría invertido.
- Añada la carne el *echalotte* al *pollo* y mezcle bien.
- Agregue la *mostaza*, la clara, la *crema* y el vino
- Lleve la mezcla a un procesador y muela
- Vuelva al baño maría.
- En otra sartén con aceite de oliva caliente, saltée los pistachos junto con los morrones y los champiñones
- Deje enfriar y agregue a la preparación anterior
- Condimente con sal y pimienta.

Caldo de Ave

- En una sartén con aceite de oliva saltee las verduras y añada el aceite de *ajo*.
- Agregue el *harina* y desglase con vino blanco
- Vierta el caldo de ave y salpimiente.
- Incorpore los huesos de *pollo* y deje cocinar.

Armado

- Salpimiente el *pollo*.
- Coloque el relleno en el centro, cierre, ate con hilo de cocina y rectifique la sazón.
- En una sartén con aceite de oliva dore el *pollo* de ambos lados.
- Coloque el salteado de verduras sobre una budinera, agregue el *pollo* y lleve a horno a 180° durante 15 a 30 minutos aproximadamente.
- Retire el *pollo* del horno y reserve el *jugo* de cocción.

Menestron de lentejas rojas

- Corte los pimientos, el *apio*, el *zucchini*, y la *cebolla* pelada en cubos chiquitos.
- En una olla con aceite de oliva dore la *cebolla* junto con el *ajo* machacado y el *tomillo*.

- Agregue las lentejas, un poco más de oliva, el *jugo* de cocción reservado, baje el fuego y deje cocinar.
- En otra sartén con aceite de oliva, saltee el resto de las verduras y agregue a las lentejas
- Revuelva y termine de cocinar.
- Retire el *ajo*, el *tomillo*, añada el *orégano* y rectifique la sazón.

Presentación

- Corte el *pollo* a la mitad.
- Coloque el menestron de lentejas en el centro del plato, y el *pollo* relleno arriba.
- Decore con rejas de *papa*, ensalada de brotes, hierbas frescas, aceite de *tomate*, reducción de balsámico y aceite de hierbas.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/pollo-de-grano-relleno-con-pistacho