Pollo Poele con salsa de oporto, polenta aromatizada y ragout de brócoli



Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Sal: A gusto
Vino Blanco: 200 cc
Pechuga de pollo: 1 Unidad
Fondo de Pollo: 500 cc
Aceite De Oliva: 1 cda.
Pata - Muslo de Pollo: 1 Unidad
Cebolla: 1 Unidad
Oporto: 100 cc
Manteca: 1 cda.
Pimienta: A gusto
Zanahoria: 1 Unidad

Caldo de Pollo

Puerro: 1 Unidad
Sal: A gusto
Apio: 2 Ramas
Zanahoria: 1 Unidad
Cebolla: Unidad
Agua: 1.5 L
Carcaza de Pollo: 1 Unidad

Fondo oscuro de pollo

Bouquet garnie: 1 Unidad
Ajo: 2 Dientes
Caldo De Pollo: 1 L
Zanahoria: 1 Unidad
Cebolla: 1 Unidad
Tomates: 2 Unidades
Agua: Cantidad necesaria
Almidón de Maíz: 1 cda.

Guarnición

Sal y Pimienta: A gusto

Masa

Harina: grs.

Polenta

Agua: 550 cc
Sémola de Maíz: 200 g
Manteca: 50 g
Perejil: 1 cda.

Ragout de brócoli y puerros

Sal: A gusto
Manteca: 1 cda.
Pimienta: A gusto
Panceta: 200 g
Broccoli: 1 Planta
Vino Blanco: 100 cc
Crema de leche: 30 cc
Aceite De Oliva: 1 cda.
Puerros: 4 Unidades

Relleno

Alcaparras: 30 g

Salsa

Pimienta: A gusto

Preparación de la Receta

- Deshuese la pechuga y corte al medio en diagonal
- Elimine la piel.
- Separe la pata del *muslo*.
- Elimine la piel.
- En una sartén con aceite de oliva y *manteca* selle el **pollo** sin *dorar*.
- Incorpore la *cebolla* y la *zanahoria*.
- Deglase con el vino
- Condimente con sal y pimienta.
- Agregue el fondo de *pollo*.
- Tape y rocíe de tanto en tanto la carne con el fondo de cocción
- Repita este proceso hasta que la salsa esté espesa y el *pollo cocido*.
- Retire el *pollo* y pase la salsa por un colador chino
- Filetee la pechuga.
- Lleve la salsa a una *cacerola* mezcle con el **oporto** y deje evaporar todo el alcohol
- Salpimiente

Caldo de pollo

- Corte las verduras en cubos regulares.
- Blanquee la carcaza.
- En una *cacerola* con el agua cocine las verduras y la carcaza durante 30 a 45 minutos

- Sazone

Fondo oscuro de pollo

- Corte las *zanahoria* y el *tomate* en cubos.
- Corte la *cebolla* doble ciselado.
- Acomode las carcazas en sobre un platina aceitada y lleve al horno hasta que las carcazas se quemen.
- Elimine el exceso de grasa.
- Cubra las carcazas con la *cebolla* y la *zanahoria*.
- Lleve nuevamente al horno para que doren.
- Vierta todo en una *cacerola*, deglase la placa con agua
- Cubra con el caldo, agregue el *tomate*, el *ajo* y el bouquet garni.
- Cuando comience el hervor espume de tanto en tanto.
- Baje el fuego y deje cocinar sobre fuego bajo durante 2 horas.
- Pase por un colador chino.
- Diluya el almidón con agua y vierta en el fondo hirviendo para ligar.

Polenta

- Pique finamente el *perejil*
- Hierva el agua, vierta la *sémola* de maíz en forma de lluvia y revuelva constantemente hasta finalizar la cocción.
- Cocine durante 15 a 20 minutos.
- Condimente con la *manteca*, sal y el *perejil*.
- Esparza sobre una placa con la ayuda de una espátula.
- Deje enfriar.
- Corte con un aro moldeador
- Sirva fría o tibia.

Ragout de brócoli y puerros

- Corte el **brócoli** en trozos regulares.
- Corte los puerros en juliana.
- Elimine el cuero de la *panceta* y corte en bastones regulares.
- Blanquee la *panceta* en agua hirviendo.
- Blanquee el *brócoli* en vapor
- Corte la cocción en agua helada.
- En una *cacerola* con aceite de oliva y *manteca* saltee la juliana de puerros.
- Agregue la *panceta* y los *brócoli*
- Revuela bien y añada el vino y la *crema*
- Siga cocinado hasta que reduzca
- Salpimiente

Presentación

- Sirva el *pollo* en un costado del plato, al otro costado un disco de **polenta** y encima el ragout

- Salsee

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/pollo-poele-con-salsa-de-oporto-polenta-aromatizada-y-ragout-de-brocoli