

# Pot –au feu de gallina

Tiempo de preparación: 30 Min



## Ingredientes

**Papas:** 4 Unidades

**Cebolla:** 1 Unidad

**Apio:** 3 Ramas

**GALLINA:** 1 Unidad

**Puerros:** 4 Unidades

**Sal:** A gusto

**Porotos:** 500 g

**Zanahorias:** 2 Unidades

**Zucchini:** 4 Unidades

## Preparación de la Receta

- Cierre la abertura del cogote de la **gallina** con la misma piel y replegando los alerones hacia la espalda.
- Elimine la cola de la *gallina*.
- Sostenga las patas con la piel.
- Corte las zanahorias, el *apio* y la *cebolla* en *mirepoix*.
- Pele y torneé las papas.
- Corte los puerros en trozos regulares.
- Corte los *zucchini* en láminas gruesas.
- Remoje los porotos durante 2 horas y luego cocine en abundante agua salada durante 45 minutos.
- Cuele y reserve.
- En una *cacerola* con abundante agua y la *mirepoix* de verduras cocine la *gallina* durante 2 horas a una temperatura de 90° C.
- Retire la *gallina* de la *cacerola* y troce.
- Vuelva las presas a la *cacerola*.
- Añada los trozos de *puerro*, los *zucchini*, las papas y los porotos.
- Rectifique la sazón.
- Termine la cocción hasta que las verduras estén en su punto.

## Presentación

- Sirva las presas de *gallina* en un plato con las verduras y los porotos.

- Rocíe apenas con caldo.

Consulta la receta original en  
<https://elgourmet.com/recetas/pot-au-feu-de-gallina>