Sopa de pepinos o zucchinis rellenos con pollo y vegetales

Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Caldo

Pollo carcaza: 1 Unidad
Ajos: 2 Diente
Pimienta Negra en grano: A gusto
Zanahoria: 1 Unidad
Chile: 1 Cantidad necesaria
Cebolla: 1 Unidad
Apio: 1 Rama

Guarnición

Esparragos: 5 Unidades
Cebolla de verdeo: 1 Unidad
Zanahoria: 1 Unidad
Pastas de arroz hidratadas: Cantidad necesaria
Aceite de Sésamo: 5 Gotas

Relleno

Pepinos: 4 Unidades
Sal y Pimienta: A gusto
Granos de choclo: 3 cdas.
Cebolla de verdeo: 1 Unidad
Aceite Neutro: 3 cdas.
Pechuga de pollo: 1 Unidad
Clara de huevo: 1 Unidad
Panceta picada: 100 g

Preparación de la Receta

Caldo

- Pele la *cebolla*, los ajos y la *zanahoria* y corte junto con el *apio* y el *chile* en forma grotesca.
- Blanquee la carcaza del **pollo** en agua hirviendo 2 segundos, luego retire.

- En una olla con abundante agua caliente coloque la carcaza de *pollo* junto con las verduras picadas.
- Condimente con granos de pimienta negra y cocine a fuego lento durante 30 minutos aproximadamente
- Retire y cuele.

Relleno

- Pique la *cebolla* de verdeo.
- En un wok con aceite neutro saltee la *cebolla* de verdeo junto con la *panceta* a fuego medio
- Condimente con sal.
- Pique la pechuga de *pollo* y colóquela en la procesadora junto con la *panceta* y la *cebolla* de verdeo, la clara de *huevo*, la sal y la pimienta.
- Procese hasta obtener una pasta homogénea
- Añada por ultimo los granos de *choclo*, mezcle no procese y coloque el relleno en una manga.
- Corte una de las puntas de los pepinos y resérvelas
- Retire el centro de los mismos con un saca bocados.

Guarnición

- Pele y corte en juliana la *zanahoria*.
- Pele las puntas de los espárragos.
- Corte la *cebolla* de verdeo al bies.

Armado

- Rellene los pepinos con el relleno, tape con la punta reservada y pinche con un *palillo* para que no se salga.
- Caliente el caldo en un wok, cocine los pepinos durante 20 minutos aproximadamente y retire.
- Condimente el caldo donde cocino los pepinos con sal y pimienta
- Agregue la *zanahoria*, la *cebolla* de verdeo, los espárragos y el aceite de *sésamo*, cocine durante 10 minutos.
- Corte los pepinos en rodajas y colóquelos en un plato.

Presentación

- Acompañe los pepinos con el caldo y las verduras de la *guarnición*.
- Sirva caliente.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/sopa-de-pepinos-o-zucchinis-rellenos-con-pollo-y-vegetales