

# Suprema marinada con verduras a la griega y coulis de tomates

Tiempo de preparación: 30 Min



## Ingredientes

**Supremas de pollo:** 2 Unidades

### Coulis de tomate

**Tomates:** 1/2 k

**Tomillo:** A gusto

**Ajo:** 2 Dientes

### Guarnición

**Sal:** A gusto

**Cilantro:** 1 Rama

**Aceite De Oliva:** 1 cda.

**Fondo de alcaucil:** 30 cc

**Corazones de alcaucil:** 4 Unidades

**Portobellos:** 100 grs.

**Zanahoria:** 1 Unidad

**Puerros:** 2 Unidades

### Marinada

**Tamarindo:** 50 cc

**Pimienta silvestre china:** 1 cdita.

**Miso blanco:** 1 cda.

**Aceite De Oliva:** 50 cc

**Anís estrellado:** 1 Unidad

**Cebolla de verdeo:** 1 Unidad

**Jengibre:** 1 cda.

## Preparación de la Receta

- Elimine la piel de las supremas.
- Reserve.

## Marinada

- Corte la *cebolla* de verdeo al sesgo.
- Corte el *jengibre* en rebanadas.
- En una fuente mezcle los ingredientes para la **marinada**.
- Marine la suprema preferentemente durante 24 horas.
- Saque las supremas de la *marinada* y limpie con un papel de cocina.
- Pase la *marinada* por un colador chino.
- Reduzca sobre el fuego a la mitad de su volumen.
- Cocine la suprema sobre el grill.
- Pase a una platina, tape con papel aluminio.
- Termine la cocción en el horno bañado con un poco de la *marinada*.

## Guarnición

- Corte la *zanahoria* en bastones.
- Corte las chauchas al medio.
- Limpie los portobello.
- Elimine la parte verde de los puerros.
- Blanquee las verduras al vapor.
- En una *cacerola* con aceite de oliva y *cilantro* saltee las verduras.
- Agregue el fondo de alcaucil.
- Termine la cocción a fuego fuerte.

## Coulis de tomate

- Cocine los tomates con el *tomillo*, el *ajo* y sal.
- Procese y pase por un colador chino.

## Presentación

- En el fondo de un plato rocíe con coulis de *tomate*, acomode en el centro la suprema fileteada.
- Acompañe con las verduras.
- Adorne con hojas de *cilantro*.

Consulta la receta original en  
<https://elgourmet.com/recetas/suprema-marinada-con-verduras-a-la-griega-y-coulis-de-tomates>