

Arrollado pollo

Tipo de plato: Carnes · Procedencia: Mesacamilla · Autor: Marala

INGREDIENTES

0

600 gr Pollo — muslo o pechuga deshuesada

Perejil

Orégano

Pimienta negra

Sal

2 cucharada/s Maicena — fécula maíz

1 Zanahorias — rallada

1 cucharada/s Ketchup

1 Huevos

Relleno

500 gr Pimiento — cortado en tiras

1 Huevos

2 cucharada/s Queso — rallado

2 cucharada/s Maicena — o fécula maíz

1 Puerros — picado

500 gr Espinacas — cortada en juliana

4 loncha/s Jamón York (jamón cocido) — picado

ELABORACIÓN

Procesar el pollo con el huevo y el ketchup. Agregar la zanahoria rallada, la fécula y condimentar. Extender la preparación en un rectángulo de papel aluminio lubricado con espátula. Mezclar la espinaca con el puerro, la fécula, el queso rallado y el huevo. Distribuir sobre el pollo (sin llegar a los extremos) en una punta colocar el pimiento y el jamón picado. Arrollar con ayuda del papel, envolverlo en el mismo papel y

cerrar bien los bordes. Colocar el arrollado en una fuente para horno o molde tipo de pan, cocinar 15 minutos a fuego medio. Dar vuelta y continuar la cocción a fuego medio. Quitar el papel, cortar en rodajas y servir, frío o caliente..

MAVILLUM