

PECHUGAS DE POLLO CON SOBRASADA, QUESO DE MAHÓN Y ESPINACAS

INGREDIENTES

- 150g de queso de Mahón
- 2 dientes de ajo
- 20g de piñones
- 50g de aceite de oliva
- 250g de espinacas descongeladas y escurridas
- 2 chorritos de caramelo líquido
- 4 pechugas de pollo sin piel en filetes (220g)
- 4 pellizcos de sal
- 4 pellizcos de pimienta molida
- 150g de sobrasada
- 50g de vino blanco
- 400g de agua
- 50g de nata con el 35% de materia grasa en trozos.

PREPARACIÓN:

- 1- Ponga en el queso en el vaso y ralle 10seg a vel 10. Retire y reserve
- 2- Ponga en el vaso los ajos y pique 3seg vel 7. Con la espátula baje el ajo hacia el fondo del vaso.
- 3- Agregue los piñones y el aceite y sofría 5 min 120 grados velocidad cuchara
- 4- Incorpore las espinas y rehogue 3 min 120 grados velocidad cuchara. Escúrrelas en el cestillo colocado sobre un bol para recoger el líquido. Deje templar y aprieta bien las espinacas para que suelten todo el líquido posible.
- 5- Riegue 2 rectángulos de film transparente con un chorrito de caramelo líquido cada uno. Encima de cada uno reparta los filetes formando un rectángulo y espolvoréelos con la sal y la pimienta. En la parte más larga de cada rectángulo reparta 1/3 del queso rallado en una franja. Encima del queso coloque ¼ parte de las espinacas y 1/4 partes de la sobrasada (aprox 50g) en trozos. Con la ayuda del film transparente forme los rollos bien apretados, tal y como os enseñamos en la clase de cocina. Colóquelos en el recipiente varoma, tape y reserve.
- 6- Ponga en el vaso el líquido de las espinacas y la sobrasada restante, programe 4 min temp 100 grados vel 2
- 7- Añada el vino y mezcle 10 seg vel 4

thermomix

- 8- Incorpore el agua, sitúe el varoma en su posición y programe 20 min temp varoma vel 1. Dele la vuelta a los rollos y tape de nuevo el varoma, programe 210 min varoma vel 1. Retire el varoma y reserve.
- 9- Agregue el vaso la nata y el queso rallado restante, coloque el cestillo sobre la tapa en lugar del cubilete y programe 5min varoma vel 2. Sirva el pollo cortado en rodajas con las espinacas restantes

