

uvesa

El recetario de **UVESA**

Receta de pollo

Raciones: 3 raciones.

Temperatura del plato: Caliente.

Material necesario: Tabla de trabajo, cuchillo cocinero, rondón, recipiente para marinado, exprimidor, batidora, remo, espumadera, bandeja, cuenco y varilla.

Dificultad



Tiempo



Escanea el código para visualizar el vídeo de la elaboración de la receta



Jamoncitos de pollo a la miel

Ingredientes

- 6 jamoncitos de pollo.
- 1 cebolla.
- 400 ml. de caldo de ave.
- 1 vaso de vino blanco 100 ml.
- Marinado:**
- 3 dientes de ajos.
- 1 ramita de romero verde.
- 1 vaso de zumo de limón.
- 1/2 vaso de zumo de naranja.
- 1 cucharada de café de jengibre fresco molido.
- 2 hojas de laurel.
- 2 unidades de clavo.
- 1 pizca de sal.
- 1 pizca de pimienta negra recién molida.
- 500 ml. de aceite de oliva.
- 1 cucharada de vinagre balsámico.
- 4 cucharadas de miel.
- Tempura:**
- 12 Espárragos verdes naturales.
- 1 pimiento rojo.
- 1 pimiento verde.
- 1 berenjena.
- 100 g. de harina.
- 1 fuente de agua con hielo.
- 300 ml. de aceite de oliva.

Elaboración

- PASO 1:** Preparar el marinado. Para ello mezclar los ajos pelados y cortados junto con las hierbas, especias, jengibre molido, los zumos, el vinagre y la miel.
- PASO 2:** Salpimentar los jamoncitos y ponerlos en un recipiente junto con el marinado unos 30 min. Dentro de la nevera y tapado.
- PASO 3:** Pasado ese tiempo, sellar en un rondón con muy poco de aceite los muslos por todas partes. Sacar y reservar.
- PASO 4:** En ese mismo aceite rehogar la cebolla cortada en brunoise.
- PASO 5:** Añadir los jamoncitos, el líquido del marinado, el caldo de ave y el vino blanco. Todo en frío y cocinar hasta que los jamoncitos estén hechos y la salsa ligada; a fuego no demasiado fuerte. Rectificar de sal.
- PASO 6:** Sacar los jamoncitos y reservar.
- PASO 7:** Ligar la salsa si es necesario por reducción. Pasar la salsa por la batidora.
- PASO 8:** Lavar y cortar las verduras en tiras para la tempura.
- PASO 9:** Preparar la masa con harina y el agua de hielo.
- PASO 10:** Freír las verduras en aceite muy fuerte.

Emplatado y observaciones

- Poner como base una cama de salsa.
- Poner un muslo encima de la salsa.
- Acompañar con las verduras en tempura.

