



Pollo en salsa cremosa de queso pecorino con tomates cherry salteados y puré de patata

Familia Fácil y rápido • Cocíname primero

Cocinando: 20 min • Listo en: 25 min

14



Tomate cherry



Pechuga de pollo



Pecorino



Caldo de pollo



Nata líquida



Patata

De tu despensa: sal y pimienta, aceite de oliva, ajo, orégano.



Antes de empezar

Lávate las manos al manipular los ingredientes.
Lava tus frutas y verduras.

Utensilios necesarios:

Colador, bol mediano, sartén mediana, pelador, plato, olla, pasapurés, varillas.

Ingredientes

| | 2P | 4P |
|-------------------|---------------|----------------|
| Tomate cherry | 125 gramos | 250 gramos |
| Pechuga de pollo* | 2 unidades | 4 unidades |
| Pecorino* 7) | 20 gramos | 40 gramos |
| Caldo de pollo | 1 sobre | 2 sobres |
| Nata líquida* 7) | 250 gramos | 500 gramos |
| Patata | 400 gramos | 800 gramos |
| Ajo | 1 unidad | 2 unidades |
| Orégano | 1 cucharadita | 2 cucharaditas |

*Conservar en la nevera

Información nutricional

| | Por ración | Por 100 g |
|--|--------------|-------------|
| en base a los ingredientes sin cocinar | 547 g | 100 g |
| Valor energético (kJ/kcal) | 2753/ 658 | 503/ 120 |
| Grasas (g) | 18,9 | 3,5 |
| de las cuales saturadas (g) | 12,0 | 2,2 |
| Carbohidratos (g) | 45,0 | 8,2 |
| de los cuales azúcares (g) | 8,5 | 1,6 |
| Proteínas (g) | 36,5 | 6,7 |
| Sal (g) | 1,8 | 0,3 |

Alérgenos

7) Leche.

Para más información sobre los ingredientes, alérgenos y trazas de alérgenos, revisa la lista de ingredientes declarada en cada envase.



Prepara el puré

¡Asegúrate de utilizar las cantidades indicadas a la izquierda para preparar tu receta! Pela las **patatas** y córtalas en dados de 2 cm. En una olla, agrega las **patatas**, cúbreles con **agua** y añade **sal**. Lleva a ebullición y cocina, a fuego medio, 15-18 min o hasta que estén blandas. Luego, escúrrelas y vuelve a ponerlas en la olla. Añade un chorrito de **aceite**, **sal** y **pimienta** al gusto y, con un pasapurés o un tenedor, aplasta hasta conseguir un **puré**.



Prepara la salsa

En un bol mediano, agrega la **nata líquida**, el **queso pecorino** y el **caldo de pollo** en polvo. **Salpimienta** y mezcla con ayuda de unas varillas, de forma que quede una **salsa** homogénea y sin grumos.



Cocina el pollo

En una sartén, calienta un chorrito de **aceite** a fuego medio. Una vez caliente, agrega las **pechugas de pollo**, **salpimienta** y cocina 3-4 min por lado, hasta que estén doradas y bien cocinadas en el interior. Retira y reserva en un plato.

RECUERDA: Lávate las manos y los utensilios de cocina después de manipular carne cruda.



Combina los ingredientes

En la sartén con los **tomates cherry**, agrega la **salsa** y cocina a fuego medio-bajo durante 2-3 min, hasta que la **salsa** se reduzca. **Salpimienta** al gusto. Agrega las **pechugas de pollo** a la sartén y cocina a fuego medio 1-2 min, cubriendo el **pollo** con la **salsa**.



Saltea los tomates cherry

Pela y pica finamente el **ajo** (ver cantidad en ingredientes). Corta los **tomates cherry** por la mitad. En la sartén, añade un chorrito de **aceite** junto con el **ajo** picado y los **tomates cherry**. Cocina a fuego medio-alto durante 2-3 min, removiendo frecuentemente, hasta que los **tomates** se doren.



Emplata y disfruta

Sirve el **puré de patata** a un lado de los platos y coloca la **pechuga de pollo** al otro lado. Cubre el **pollo** con la **salsa** cremosa de **queso pecorino** y los **tomates cherry** salteados. Espolvorea con **orégano** al gusto.

¡Que aproveche!

¡Ponle nota chef!

Tu opinión es nuestro ingrediente secreto.

¡Recíclame!

