



# Pechuga de pollo en salsa de pecorino con tomates cherry salteados y puré de patata

Familia Rápido • Cocíname primero

6



Pechuga de pollo



Pecorino



Caldo de pollo



Patata



Nata líquida



Tomate cherry

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

Cocinando: 20 mins  
Listo en: 25 mins



Con HelloFresh, no es necesario que vuelvas a aburrirte comiendo pechugas de pollo nunca más. Con esta receta, en la que las cubrimos de una salsa de queso pecorino y tomates cherry salteados y acompañamos el pollo con un cremoso puré de patata, podrás comprobar que hay vida más allá del pollo con arroz.

## Antes de empezar

Planifica qué receta cocinarás primero según la caducidad de sus ingredientes y limpia las frutas y verduras. ¡No olvides lavarte las manos!

## Utensilios necesarios:

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

## Ingredientes

	2P	4P
Pechuga de pollo*	2 unidades	4 unidades
Pecorino* 7)	20 gramos	40 gramos
Caldo de pollo	1 sobre	2 sobres
Patata	400 gramos	800 gramos
Nata líquida 7)	200 ml	400 ml
Tomate cherry	125 gramos	250 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	522 g	100 g
Valor energético (kJ/kcal)	2845/680	545/130
Grasas (g)	42,9	8,2
de las cuales saturadas (g)	17,1	3,3
Carbohidratos (g)	44,2	8,5
de los cuales azúcares (g)	8,2	1,6
Proteínas (g)	35,8	6,9
Sal (g)	1,8	0,3

## Alérgenos

7) Leche.

Para más información de alérgenos, revisa la lista de ingredientes declarada en el envase de cada ingrediente.

¡Recíclame!



### 1 Cuece las patatas

¡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.



### 4 Prepara la salsa

En un bol mediano, agrega la **nata líquida**, el **queso pecorino** y el **caldo de pollo**. **Salpimienta** y mezcla con ayuda de unas varillas, de forma que quede homogéneo y sin grumos. Cuando las **patatas** estén listas, escúrrelas y vuelve a ponerlas en la olla. Añade un chorrito de **aceite** o **mantequilla** al gusto. **Salpimienta** y, con un pasapurés o un tenedor, aplasta hasta conseguir un **puré**.



### 2 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.

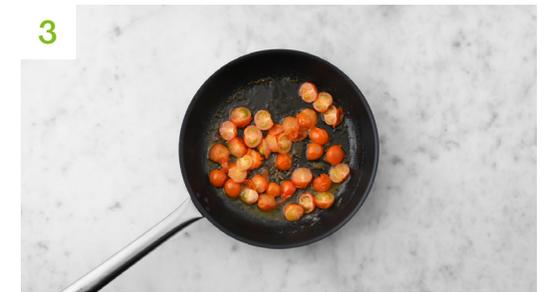
**RECUERDA:** Lávate las manos y los utensilios de cocina después de manipular carne cruda.

**CONSEJO:** Si tu pollo tiene un olor intenso, no te alarmes, es por el envasado que mantiene su calidad. ¡Estará delicioso al cocinarlo!



### 5 Combina los ingredientes

En la sartén con los **tomates cherry**, agrega la mezcla de **nata** y **pecorino** y cocina a fuego medio durante 3-4 min, mezclando con una espátula, hasta que la **salsa** se integre y reduzca. Agrega las **pechugas de pollo** a la sartén y cocina a fuego medio 1-2 min, cubriendo el **pollo** con la **salsa**. Prueba y rectifica de **sal** y **pimienta**.



### 3 Saltea los tomates cherry

Pela y pica finamente el **ajo** (ver cantidad en ingredientes). Corta los **tomates cherry** por la mitad. En una sartén, agrega un chorrito de **aceite** junto con el **ajo**. Calienta a fuego medio y cocina 1-2 min o hasta que se dore. Agrega los **tomates cherry** y saltea 2-3 min, removiendo ocasionalmente. **Salpimienta**.



### 6 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.

