

POLLO AL CHILINDRON



Preparación : 10 min - **Reposo :** - - **Cocción :** 35 min - **Material :** -

Ingredientes : 4 PERSONAS

- 3 pechugas de pollo enteras - 50 ml de aceite de oliva - 2 dientes de ajo sin germen - 150 g de cebolla cortada en 4 - 100 g de pimiento rojo cortados en trozos - 100 g de pimiento verde cortados en trozos - 50 ml de vino blanco - 100 g de jamón ibérico en tacos - 100 ml de agua o caldo de pollo - 200 g de salsa de tomate casera - 1 c. p. de azúcar - 8 champiñones - 1 pellizco de nuez moscada - 1 c. s. de Maizena® - sal y pimienta al gusto

1. Introducir en la olla los ajos, la cebolla, el jamón en tacos y los pimientos y programar EXPERTO, 20 segundos/velocidad 13 (sin calentar).
2. Añadir el aceite de oliva y programar EXPERTO, 10 minutos/velocidad 2A/110 °C sin el tapón.
3. Rebañar el recipiente con la espátula de silicona y añadir el vino blanco; programar EXPERTO, 2 minutos y 30 segundos/velocidad 0/110 °C sin el tapón para que se evapore el alcohol.
4. Añadir la salsa de tomate, el azúcar, la sal, la pimienta y la nuez moscada. Con el tapón puesto, programar EXPERTO, 5 minutos/velocidad 1A/110 °C.
5. Cuando acabe el programa, añadir al recipiente el pollo y la cucharada de Maizena® (previamente diluida en el mismo volumen de agua fría) y cubrir con el caldo. Programar EXPERTO, 25 minutos/velocidad 0/100 °C. Añadir los champiñones. Reprogramar durante 5 minutos.
6. Servir las pechugas de pollo con la salsa.

Consejo del chef :

Dorar en una sartén las pechugas de pollo partidas por la mitad: es suficiente con que queden bien doradas, no hace falta que estén cocidas por dentro.

Cook Expert ■

© Fotografía Sandra Mahut
© Hachette Livre (Marabout) 2017