



Blanco de pollo con ensalada latina

UNA DELICIOSA RECETA CON PRODUCTOS ILOLAY

Aprendé esta receta de supremas de pollo con ensalada latina, de paltas, tomates, albahaca y menta. Y un aderezo refrescante a base de naranjas.

Complejidad



Fácil

Tiempo



30-60 min aprox.

Libre de Glúten



Si

Vegetariana



No

Producto ilolay

Blanco ilolay Crem Light

INGREDIENTES

- 2 tomates
- 2 paltas
- 1 pote Queso untable ilolay Crem Light
- 1 taza de hojas de perejil
- 1/2 taza hojas de menta
- 3 cdas de jugo de naranja
- 1 cabeza de ajo
- Sal y pimienta
- 1/4 taza vino blanco
- 1/2 taza caldo
- 1 diente de ajo
- 1 ramita de perejil
- 1/2 taza hojas de albahaca
- 4 supremas de pollo
- 3 cdas jugo de limón
- 1 cebolla
- 2-3 hojas albahaca

PREPARACIÓN

1. Sobre un rectángulo de papel aluminio colocar las supremas de pollo limpias y salpimentadas. Incorporar los trozos de cebolla cortados groseramente, un diente de ajo, la albahaca y el perejil. Cerrar muy bien por los costados formando una bolsa.
2. Verter el vino, el caldo y cerrar de modo que quede bien sellado.
3. Envolver una cabeza de ajo con papel aluminio.
4. Colocar todo esto en una fuente o asadera y llevar a un horno de 180° por 20 minutos, luego bajar la temperatura a 160° por 45-60 minutos.
5. Una vez pasado este tiempo, retirar del horno y dejar enfriar en el mismo envoltorio.
6. Retirar el ajo del papel de aluminio, cortar la superficie y exprimir para que salga toda la pulpa.
7. Con la ayuda de un tenedor pisar un poco más la pulpa del ajo, luego mezclar con Cream Light, sal, pimienta y jugo de naranja.
8. En un bowl incorporar las paltas y los tomates previamente trozados, rociar con jugo de limón, sal y pimienta.
9. Incorporar las hojas de albahaca, menta y perejil sólo un poco rotas con las manos. Reservar.
10. Filetear las supremas y aderezarlas con la crema ilolay Crem Light y servir las junto con la ensalada de palta y tomate.