

Pavo al pimentÃ³n en salsa

DescripciÃ³n

Estos *filetes de pavo pimentÃ³n* son de Mercadona. Me gustan porque no son muy finos (para esta receta los prefiero asÃ­). Cuando comprÃ©is filetes adobados, **ojo porque seguramente ya tienen sal**.

Esta receta es de Â«cosecha propiaÂ», me aburrÃ­a de poner el pavo siempre igual yâ€¦!



Ingredientes: (Para cuatro personas).

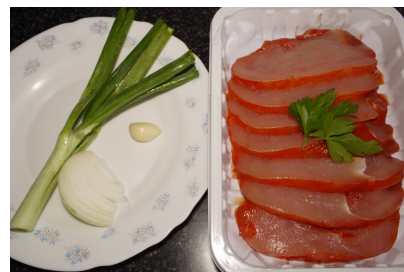
- * 2 bandejas de *filetes de pavo pimentÃ³n*.
- * 1 porreta de cebolleta (lo verde de la

cebolleta).

* 1/4 de cebolleta.

* 1 diente de ajo.

* Aceite de oliva, una ramita de perejil, harina y caldo de verduras o pollo.



PreparaciÃ³n:

Picar las verduras y reservar. En una olla baja y ancha con aceite de oliva ponemos, a fuego fuerte, los filetes de pavo a sellar, es decir, vuelta y vuelta y reservamos.



En la misma olla (nos habrÃ­ quedado el fondo oscuro por el pimentÃ³n), vertemos otro chorrito de aceite de oliva y echamos el ajo y la cebolleta a pochar. Cuando este dorado incorporamos la porreta y el perejil y seguimos pochando.



Una vez pochado todo ello, echamos la punta de una cuchara sopera de harina para unir los ingredientes. Removemos durante un minuto y vertemos el caldo, yo he puesto de verduras, poco a poco, de forma que no quede demasiada salsa.

Seguimos removiendo, nos quedarÃ¡ una salsa oscura y ponemos los filetes de pavo.



Dejamos unos minutos para que se mezclen sabores, retiramos del fuego y servimos.

Consejo: Todas las recetas que llevan salsa, es mejor hacerlas de vÃ­spora para que se mezclen los sabores. Como habrÃ©is podido apreciar, **no he puesto sal en ningÃºn momento.**

CategorÃ­a

1. Carnes

Fecha de creaciÃ³n

octubre 20, 2014

Autor

admin