



Jamoncitos de pollo en salsa cremosa de calabaza

Descripción



Otra de esas recetas sorprendentes que «flotan» por Internet.

Ingredientes: (Para cuatro personas).

- 8 jamoncitos de pollo no muy grandes.
- 1 cebolla mediana. La receta original lleva cebolla morada.

- 1 diente de ajo mediano.
- 1 pimiento rojo pequeño.
- 1 pimiento verde pequeño.
- 1 pimiento amarillo pequeño.
- 150 ml de vino blanco.
- 20 ml de salsa de tomate concentrada.
- 100 ml de crema o puré de calabaza.
- Caldo de pollo o verduras, si es necesario.
- Tomillo seco, comino molido, pimienta negra molida, sal, perejil fresco y aceite de oliva virgen.

Preparación:

Enlace del puré o crema de calabaza, [Crema de calabaza](#). Ya sé que ésta es mucha cantidad, pero he aprovechado que la tenía hecha y reservar un poco para la receta del pollo.

Limpiamos el pollo y le quitamos la piel. Salpimentamos y reservamos.



Cortamos la cebolla finamente, los pimientos en tiras finas, el ajo menudo y reservamos.



Â¡Vaya explosi3n de color!

En una cazuela baja y ancha vertemos un chorro de aceite de oliva, calentamos y doramos nuestro pollo (tapamos porque salpica bastante). Una vez dorado, retiramos y reservamos, en este caso sobre



default watermark

En la misma cazuela y aceite echamos la cebolla, el ajo y pochamos unos 5 minutos.



Incorporamos los pimientos, salpimentamos a gusto, removemos y dejamos cocinar a fuego medio hasta que los pimientos estén tiernos.



Añadimos el comino y el tomillo, regamos con el vino y cuando se evapore el alcohol añadimos la salsa de tomate y el puré de calabaza, removemos bien y dejamos unos minutos en el fuego, que se mezclen los sabores.



default watermark

Precalentamos el horno, calor arriba y abajo, a 200°C.

Vertemos todo ello sobre el pollo reservado en la fuente de horno, cubrimos con caldo si no es suficiente la salsa y horneamos a 200°C, calor arriba y abajo durante 55 minutos y bajamos la



default watermark

Vigilamos el nivel del líquido, añadiendo un poco más de caldo si fuera necesario. Y cocinamos en el horno hasta que el pollo esté tierno. Sacamos, espolvoreamos con el perejil fresco y ¡

¡¡¡Buen Provecho!!!



Consejo: Lo podemos hacer con antelación, siendo un guiso estar riquísimo. Para conservarlo, lo podemos dejar en la misma fuente de horno tapada con film en la nevera, o lo pasamos todo a una olla y al frigorífico. En ambas opciones calentaremos antes de servir. El tiempo de horneado es orientativo, depende de la potencia del horno.

Visítanos en Facebook: **facebook.com/masqpostres**

En la web: **www.masqpostres.es**

O danos tu opinión, sugerencias, ¡¡¡sanos recetas en esta direccion de correo:
hola@masqpostres.es.

Si quieres recibir al instante nuestras nuevas recetas pincha en «Suscribir» en la parte superior derecha de nuestro blog o en la inferior si lo haces desde tu móvil.

default watermark

[Previsualizar en nueva pestaña\(abre en una nueva pestaña\)](#)

Categoría

1. Carnes
2. Verduras hortalizas y legumbres

Fecha de creación

marzo 26, 2018

Autor

admin