

Un plato elegante: Cómo hacer filete de pollo arrollado

06/02/2024



Al arrollar el filete de pollo, le das un toque diferente a la presentación, lo que puede ser visualmente atractivo en el plato. Como hacer filete de pollo arrollado

La forma arrollada permite agregar diversos rellenos, como espinacas, queso, jamón u otros ingredientes, lo que añade variedad de sabores y texturas. Hacer filete de pollo arrollado te brinda la oportunidad de experimentar en la cocina y ser creativo con los ingredientes y presentación.

Este plato puede tener una presentación elegante, por lo que es ideal para cenas especiales o cuando deseas impresionar a tus invitados. Puedes adaptar los rellenos y condimentos según diferentes estilos de cocina, ya sea italiano, mexicano, mediterráneo, etc.

Al enrollar el filete, se facilita la cocción uniforme, ya que el grosor es más consistente en todo el rollo. Esta preparación es generalmente bien recibida por diversas preferencias gastronómicas, ya que permite combinar sabores y texturas de manera armoniosa.

Ingredientes para hacer filete de pollo arrollado

- 2 pechugas de pollo.
- Sal.
- Pimienta.
- Jamón.
- Queso.
- 3 tomates.
- 1 cucharadita de sal.
- 1 cucharadita de orégano.
- 1 cucharadita de pimienta negra.
- Aceite.
- Queso mozzarella.
- Orégano a gusto.

Procedimiento



1. Cortaremos 2 pechugas de pollo en filetes.
2. Usaremos un martillo para romper las fibras y suavizarlas.
3. Lo sazonaremos con sal y pimienta y lo esparciremos con las manos.
4. Sobre cada filete, agregaremos jamón, queso y tomate. Envolveremos el filete de pollo.
5. Para que no se abra le pondremos un palillo.
6. Ahora rallaremos dos tomates para hacer nuestra salsa y lo vamos a sazonar con 1 cucharadita de sal, 1 cucharadita de orégano y 1 cucharadita de pimienta negra y lo mezclamos.
7. En una sartén agregaremos aceite y untaremos bien.
8. Pondremos las pechugas de pollo allí. Cuando un lado ya esté blanco le daremos la vuelta a todos los filetes.

9. Ahora con cuidado, quitaremos los palillos que usamos para cerrar cada filete.
10. Pondremos la salsa de tomate y la ajustamos sobre las pechugas.
11. Finalmente, agregaremos queso mozzarella y orégano a gusto.
12. Taparemos y cocinaremos durante 30 minutos.
13. Ya están listos estos filete de pollo.

Fuente: Recetas culinarias