

RECETA PECHUGAS AL VINO MARSALA



Ingredientes:

- 4 pechugas de pollo condimentadas con ajo, sal y pimienta al gusto
- 1/2 taza de harina (all purpose flour)
- 2 cucharadas de aceite de oliva
- 1/2 cebolla bien picadita
- 2 tazas de hongos rebanadas
- 1/2 taza de vino marsala
- 2 tazas de agua
- 1/2 taza de 'demiglace'
- 1 taza de agua caliente
- 1 cubito de caldo de pollo



Procedimiento:

- En un recipiente, revuelve bien las pechugas con la harina.
- Sofríe en aceite las pechugas por ambos lados hasta que estén doradas por aproximadamente dos a tres minutos.
- Hornéalas a 350 grados por 15 minutos.
- En una cazuela reduce el vino con la cebolla y los hongos por 5 a 7 minutos.
- Añade las dos tazas de agua, el cubito de caldo de pollo y deja que hierva.
- Mezcla el demiglace con el agua caliente hasta disolverlo completamente.

Poco a poco añade el demiglace a la salsa hasta que espese, reduce el fuego y cuece por diez minutos.

Sirve las pechugas y vierte la salsa sobre ellas al tiempo de servir. ¡Buen provecho!

(Lo mismo se puede elaborar con medallones de filete de res)