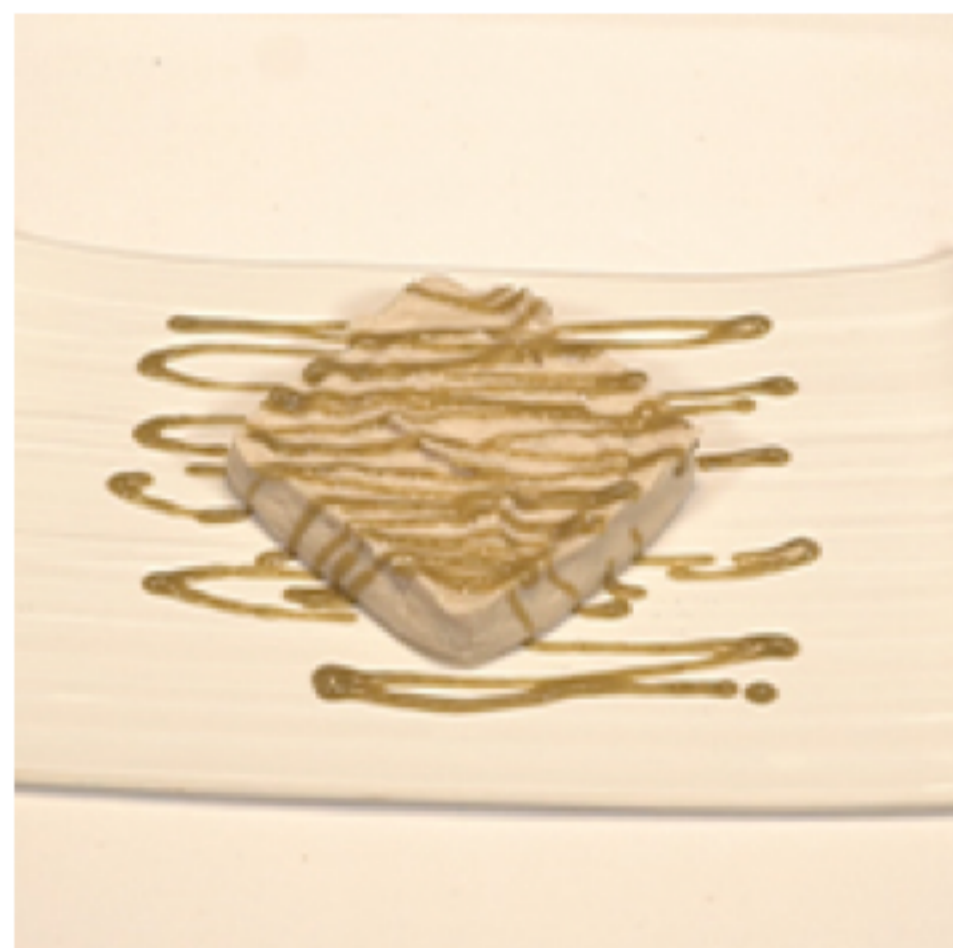


## POLLO CON SETAS

Textura C - Dieta Triturada



### Ingredientes para 2 raciones:

- 200 g de muslo de pollo
- 10 ml de aceite de oliva virgen
- 70 ml de leche semidesnatada
- 30 g de copos de patata
- 100 ml caldo de pollo o agua de cocción

Para la salsa:

- 80 g de setas variadas
- 2 dientes de ajo
- 2 cs perejil
- 20 ml de aceite de oliva virgen
- 90 ml de agua mineral
- ½ cacito de espesante basado en gomas amilasa resistente

### Elaboración:

#### Para la base

1. Marcar la carne de pollo en una sartén con un hilo de aceite caliente.
2. Colocarla en un cazo cubierta de agua y hervir durante 20 minutos. Escurrir y guardar el agua de la cocción.
3. Añadir un poco de sal y triturar la carne con la cantidad de leche indicada, el aceite de oliva y 50ml de caldo hasta que la mezcla quede lisa y homogénea. Para conseguir esta textura vamos añadiendo caldo progresivamente.
4. Añadir el puré de patata en copos y dejar reposar un par de minutos. Inmediatamente volvemos a triturar.

#### Para la salsa

1. Pelar y freír el ajo en una sartén con un chorrito de aceite.
2. Añadir las setas limpias y dejar cocer hasta que pierdan toda el agua.
3. Triturar las setas con las hojas de perejil, un chorrito de aceite y uno de agua hasta que quede un puré bien fino y homogéneo.
4. Para espesar la salsa, añadir ½ cazo de espesante basado en gomas amilasa resistente hasta conseguir la textura correcta.

Para emplatar, servir la base de pollo con dos cucharadas de puré de setas por encima.

Servir.

### **Observaciones**

Se recomienda mezclar los diferentes componentes antes de consumir para conseguir una textura correcta.

Recuerde que una forma fácil de comprobar que la textura es adecuada, es clavando una cuchara de plástico pequeña que debe mantenerse derecha.