

Ensalada de Ave

Ingredientes: Cálculo: 8-10 raciones

Medias pechugas de pollo 8 piezas

Mahonesa en salsa rosa ½ l.

Lechuga 1 pieza

Manzanas reineta 2 piezas

Plátanos 2 pieza

Naranja 1 pieza

Perejil picado

Elaboración:

1 Cocer las pechugas de ave en agua con sal, un clavo, unos granos de pimienta y una hoja de laurel. Dejarlas enfriar, retirarles la piel y los huesos, cortar la carne en escalopes finos.

2 Picar la lechuga en juliana, pelar y picar la manzana en juliana, rociarla con limón, y pelar y cortar el plátano en rodajas, rociarlo con limón.

3 En copas o boles individuales, colocar la lechuga, manzana y plátano, repartir el pollo por encima dándole forma de pirámide, napar con la salsa y decorar con medias rodajas de naranja y el perejil picado. Debe servirse muy fría.