

Libreta: Carnes
Creado: 24/03/2018 22:29
URLOrigen: <http://www.tranbel.com/pechugas-de-pavo-con-marisco.html>

Pechugas de pavo con marisco

INGREDIENTES

1/2 kg. de pechugas de pavo en filetes no muy finos
8 piezas entre langostinos, cigalas, gambones...
1 cebolleta tierna, o media cebolla no muy grande
2 tomates pelados, pueden ser de lata al natural.
1 hoja de laurel
1 copa de cava seco o brut
Aceite
Sal
Pimienta

PREPARACIÓN

En una cazuela, mejor de barro, calentar un dedo de aceite y saltear el marisco hasta que tome color.

Reservar y, en el mismo aceite a fuego vivo, dorar bien rápido los filetes de pavo previamente salpimentados al gusto.

Reservar junto con el marisco.

En el mismo aceite sofreír la cebolleta cortada fina hasta que esté tierna, añadir el tomate, dar unas vueltas y dejar hacer a fuego lento 15 minutos.

Añadir el cava y la hoja de laurel entera, dejar cocer 5 o 10 minutos más, hasta que la salsa esté ligada.

Devolver a la cazuela el marisco y las pechugas, dejar hacer unos 5 minutos (el pavo tiene que hacerse, pero no secarse).