Pollo en salsa de portobello, shiitake y parmesano



Pollo en salsa de Portobello, shiitake y parmesano

Esta receta de pollo, mira que es agradecida y sale muy jugosa, además he utilizado solomillos, que quedan muy tiernos. Para mi la parte que más me gusta, se prepara muy rápido y el resultado es muy bueno.

La receta es muy sencilla, de las que nos van muy bien cuando quieres estar poco tiempo en la cocina. Para la salsa ,he escogido el champiñón, variedad Portobello y la seta , variedad shiitake porque dan mucho sabor, ambos frescos y el parmesano rallado . Le añadiremos un poquito de jamón serrano y unos ajitos y un plato estupendo.

El solomillo lo haré en plancha, tan sólo para marcarlo y después terminaré su coccion en la salsa de setas.

INGREDIENTES : 2 personas

– 6 solomillos de pollo.

– 6 champiñones Portobello

– 6 setas shiitake

– 2 ajos secos.

– 25 gr de jamón serrano en taquitos

– 200 ml de nata ligera o leche evaporada .

– pimienta blanca recién molida.

– queso parmigiano reggiano rallado en el momento .(parmesano)

– aceitede oliva virgen extra

– sal.

PREPARACIÓN:

Paso 1:

Salpimentamos el pollo, y reservamos.

Laminamos los ajos .

Limpiar los portobello y shiitake, y laminar .

Paso 2:

En una plancha a fuego medio alto, marcamos los solomillos, que estén dorados por fuera, y rosados por dentro. Con 3 minutos por cada lado es suficiente. Reservamos

En otra sartén con aceite de oliva virgen extra , ponemos a dorar los ajos laminados y antes de que se doren añadimos el jamón , salteamos e incorporamos las setas . Subir el fuego, para que no suelten agua, tipo wok.

Incorporamos la nata, o la leche evaporada, sal, pimienta blanca y parmesano . Cuando empiece a hervir , añadimos los solomillos de pollo y bajamos el fuego. Con movimientos envolventes haremos que se integren los sabores durante un par de minutos y listo.

Lo importante es que quede jugoso, sin que la nata se espese demasiado, ni tampoco liquida. Servir recién preparado, para que no se condense .

A mojar pan.