



PECHUGA DE PAVO CON ARÁNDANOS

4 porciones

Ingredientes:

- 1 ½ kg de pechuga de pavo deshuesada y en red
- Sal y pimienta al gusto
- 2 cucharadas de aceite vegetal
- 4 cucharaditas de fécula de maíz
- 3 tazas de jugo de arándanos
- 1 cucharada de salsa de soya
- ½ taza de miel de abeja
- 1 cucharadita de consomé de pollo en polvo
- 1 taza de arándanos deshidratados

HORNO PRECALENTADO A 170 °C

Preparación:

1. Sin quitarle la red a la pechuga de pavo, salpimenta por todos lados. Calienta una sartén con aceite y sella la pechuga perfectamente hasta que tenga un tono dorado.
2. Disuelve la fécula de maíz con 4 cucharadas de jugo de arándanos. Mezcla con el resto del jugo de arándanos, la salsa de soya, la miel, el consomé y los arándanos.
3. Coloca la pechuga sellada en un refractario y cubre con la salsa de arándanos. Tapa el recipiente con papel aluminio y hornea por 1 hora. Saca del horno, retira la red y rebana la pechuga. Regresa al horno para terminar la cocción.
4. Sirve y ofrece.

Tiempo de preparación: 15 minutos

Tiempo de horneado: 1.5 horas

Grado de dificultad: **



Muy Fácil: *
Fácil: **
Medio: ***
Difícil: ****
Muy Difícil: *****