



Cordon bleu de pollo

🕒 Tiempo 45'' 🧑 4 Personas



Javier Rosenberg
Influencer Calisa

Ingredientes

- 2 pechugas grandes (600–700 g en total)
- 8 fetas de jamón (100 g)
- 8 fetas de queso (120 g aprox.)
- 2 huevos
- 100 g de harina
- 150 g de pan rallado
- Aceite para freír c/n
- Sal y pimienta a gusto

Preparación

Paso 01

Salpimentamos las pechugas de pollo ya fileteadas.

Paso 02

En una tabla, ponemos un trozo de papel de cocina transparente. Encima ponemos una de las pechugas y la tapamos con más papel film. Con un martillo u otro objeto, como con un vaso grande y pesado, golpeamos la pechuga. La idea es estirarla y ablandar sus fibras.

Paso 03

Retiramos la pechuga del papel film. Sobre ella, ponemos unos trozos de queso. Sobre el queso, una feta de jamón cocido y sobre éste, más queso. Así queda más cremoso. Enrollamos todo con las manos, encerrando el relleno en el interior de la pechuga.

Paso 04

Ahora, pasamos cada “paquetito” de pollo relleno primero por harina, después por huevo, luego por pan rallado y después de nuevo por huevo y por pan rallado. Por ese orden. Reservamos en un plato hasta haber empanado todo el pollo.

Paso 05

Cuando hayamos rellenado y empanado todas las pechugas, las metemos en el congelador durante unos 10 minutos. Si no vas a freírlas en el momento, puedes dejarlas unas horas en la nevera.

Paso 06

Freímos en abundante aceite. Que las cubra por completo. Es importante que el aceite no esté muy caliente (a unos 150°C) para que el calor penetre bien en el interior de cada paquetito de pollo, sin que se queme el pan rallado. Pasados unos tres minutos de fritura, cuando esté dorado y cocinado en su interior, retiramos del aceite y colocamos cada cordón bleu de pollo en papel absorbente, antes de servirlo.