



Pechuga a la parmesana

Categoría: Comida, Plato Fuerte, Pollo

Nadie se podrá resistir a este platillo



Preparación
40 min.



Dificultad
Media



Porciones
4 personas



Ingredientes

- 80 mls de Aceite
- 30 g de Cebolla blanca picada
- 1 diente de Ajo picado
- 1/2 lata de Frijoles Bayos Refritos La Costeña®
- 20 g de Queso parmesano rallado (para el relleno)
- 4 pza de Pechuga de pollo sin hueso y sin piel
- Sal al gusto
- Pimienta negra molida al gusto
- 1/2 taza de Harina
- 1 pza de Huevo
- 1 taza de Pan molido
- 1/2 taza de Queso parmesano rallado (para gratinar)
- 1 pza de Puré de Tomate con Jalapeño La Costeña®
- Romero (ramitas) al gusto



Preparación

1. Calentar 1 cucharada de aceite y acitronar la cebolla, agregar el ajo y freír, incorporar los frijoles y refreír, añadir el queso parmesano, mezclar y reservar.
2. Sazonar las pechugas con sal y pimienta al gusto, abrir horizontalmente por la mitad y rellenar con los frijoles.
3. Pasar las pechugas rellenas por harina, huevo batido y pan molido. Calentar el resto del aceite y freírlas por ambos lados hasta obtener un color dorado y hasta que estén completamente cocidas.
4. Colocar las pechugas en una charola para horno, cubrir con queso parmesano y gratinar por 6 minutos a 180 °C o hasta que el queso esté completamente derretido.
5. Calentar el puré de tomate con jalapeño. Servir las pechugas sobre un espejo de puré de tomate. Decorar con una ramita de romero (opcional).