



Dificultad:  
Baja



Porciones:  
6



Tiempo:  
60 minutos

## Información Nutricional

|                  |          |
|------------------|----------|
| Energía:         | 328 Kcal |
| Proteínas:       | 31.0 g   |
| Grasa Total:     | 13.6 g   |
| Colesterol:      | 65.0 mg  |
| H. de Carbono:   | 20.0 g   |
| Fibra Dietética: | 0.80 g   |
| Sodio:           | 89 mg    |

# PECHUGA DE PAVO A LA PAPRIKA CON PURÉ DE ZAPALLO

## Ingredientes

- 1 Pechuga de pavo deshuesada
- 3 Cucharadas de aceite de oliva
- 2 Cucharadas de mostaza
- ½ Taza de vino blanco
- 2 Cucharadas de paprika (o ají color)
- 1 Cucharadita de orégano
- Sal y pimienta a gusto
- 1 Sobre de puré de papas MAGGI®
- Leche
- 1 Cucharada de mantequilla
- 1 Taza de zapallo cocido y molido (sin agua)
- Papel metálico alusa foil

## Preparación

1.- Deja la pechuga de pavo deshuesada en su misma malla sobre una lata o fuente apta para horno. Aparte en un bowl junta el aceite de oliva con la mostaza, añade el vino blanco, paprika y orégano. Revuelve hasta homogenizar y baña la pechuga de pavo con esta preparación. Condimenta con sal y pimienta a gusto.

2.- Lleva a horno medio-alto a 180°C tapado con papel alusa foid durante 40 a 50 min. aprox. Hasta cocer completamente. Mientras prepara el puré de papas MAGGI® según las indicaciones del envase pero con solamente 1 ½ taza de agua. En cuanto a la leche, mantequilla y sal ocupa lo indicado en el envase. Una vez preparado añade el zapallo cocido y molido y revuelve con suaves movimientos hasta homogenizar.

3.- Cuando ambas preparaciones estén listas, retira la malla del pavo cuidadosamente y corta en láminas delgadas, sírvelas acompañadas con el puré recién preparado y el jugo obtenido en la cocción del pavo.