



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.