



Dificultad:  
Baja



Porciones:  
6



Tiempo:  
90 minutos

## Información Nutricional

Energía:	164 Kcal
Proteínas:	13.6 g
Grasa Total:	7.8 g
Colesterol:	46.0 mg
H. de Carbono:	9.3 g
Fibra Dietética:	0 g
Sodio:	156 mg

## MOUSSE DE AVE PIMIENTO IDEAL

### Ingredientes

10 Hojas de colapez o 20 g de gelatina en polvo

2 Supremas de pollo cocidas y molidas (1 pechuga entera deshuesada)

2 Pimientos rojos cocidos y molidos o su equivalente en conserva

Sal y pimienta a gusto

1 Tarro de leche evaporada IDEAL® NESTLÉ®, (refrigerado durante 8 horas)

\* Ensaladas para acompañar

### Preparación

1.- Primero hidrata las hojas de colapez en abundante agua fría durante 5 minutos hasta ablandarlas, luego retíralas y escurre toda su agua, reserva. Aparte en un bowl junta el pollo molido con el pimentón, condimenta con un toque de sal y pimienta a gusto y remueve hasta homogenizar.

2.- En otro bowl, bate la leche evaporada IDEAL® NESTLÉ® enérgicamente hasta espumar y triplicar su volumen. Una vez lista, rápidamente lleva la gelatina a baño maría suave o microondas a temperatura media durante 10 segundos hasta fundirla completamente y que tome temperatura. Añade la gelatina tibia a la mezcla de pollo y remueve rápidamente (en el caso que la mezcla se enfríe, toma un poco de esta y llévala a microonda para calentarla nuevamente, lo ideal es que esté tibia)

3.- Remueve hasta integrar bien el batido con el pollo y la gelatina, vierte la preparación en moldes individuales y lleva a refrigeración durante 1 hora aproximado hasta que tome mayor textura y se enfríe completamente. Una vez lista desmolda y sirve acompañado de ensaladas como más te guste.

Nota



Antes de verter la mezcla en los moldes individuales, puedes cubrirlos con una pequeña capa de aceite para facilitar el desmolde.

