



Dificultad:  
Alta



Porciones:  
8



Tiempo:  
50 minutos

## Información Nutricional

Energía:	307 Kcal
Proteínas:	31.5 g
Grasa Total:	12.4 g
Colesterol:	90 mg
H. de Carbono:	16.6 g
Fibra Dietética:	2,3 g
Sodio:	226 mg

## PAVO RELLENO AL ESTILO AMERICANO

### Ingredientes

- 1 Pechuga de pavo (envuelta en malla) 1.2 kg aprox.
- 1 Paquete grande de espinacas sin sus tallos y pasados por agua caliente (250 g)
- ½ Paquete de tocino cortado en cubos pequeños (50 g)
- 2 Cebollas moradas grandes cortadas en cubos pequeños
- 2 Manzanas cortadas en cubos pequeños
- 1 Taza de nueces cortada finamente
- 2 Cucharadas de coñac o ron
- 1 Cucharada colmada de mantequilla
- 4 Cucharadas semi-colmadas de pan rallado
- 1 Tarro chico de crema NESTLÉ® (157 g)
- Sal y pimienta a gusto
- 2 Pizcas de nuez moscada
- Jugo de limón, finas hierbas, aceite de oliva

### Preparación

1.- Abre la pechuga de pavo y con la ayuda de un cuchillo haz un corte conocido como mariposa y déjala extendida sobre una fuente. Condiméntala por todos con sal y pimienta a gusto. Cubre todo el interior con las hojas de espinacas previamente pasadas por agua caliente y guarda en refrigeración.

2.- Mientras, calienta una sartén a fuego fuerte y sofríe el tocino durante 3 minutos removiendo de vez en cuando hasta que bote su grasa; agrega la cebolla y cocina durante 3 minutos más, continúa con las manzanas y cocina otros 3 minutos revolviendo seguidamente.

3.- Luego agrega el ron y también el pan rallado, baja el fuego y cocina solo unos segundos hasta que la preparación tome mayor textura. Agrega la mantequilla y retira del fuego para agregar la crema NESTLÉ®, revuelve hasta homogenizar y al final condimenta con sal, pimienta y nuez moscada a gusto.

4.- Toma la pechuga que guardaste con las hojas de espinacas y rellena abundantemente con la preparación anterior. Enrolla con cuidado y con la ayuda de otra persona introdúcela dentro de la malla elástica como estaba en un comienzo.

5.- Condimenta por fuera con sal, pimienta, jugo de limón, algunas finas hierbas y aceite de oliva. Lleva a horno pre-calentado a temperatura alta de 180°C y hornea durante 50 minutos aprox. Hasta cocer completamente y dorar la superficie. Retira del fuego y también la malla elástica cuidadosamente. Corta medallones y sirve acompañado con verduras, arroz o papas como más te guste.

