hojaldre relleno de pollo con verduras

Recetízate
Las recetas que hablan de ti
www.recetizate.com

Creador: bertodu



Tiempo: 1 hora
Dificultad: Fácil
Tipo de plato: Segundo plato
Tipo de cocina: Normal
Otros: Cocina Saludable
Coste: Económico
El truco de esta receta:
se puede rellenar también de carne picada

Descripción:
hojaldres individuales rellenos de verduras, pollo y queso

Ingredientes para 3 personas :

- 1 MASA DE HOJALDRE
- 1 pechuga de pollo
- 1 puerro
- 1 pimiento verde
- 1 Calabacín
- 1 diente de ajo
- 3 laminas de queso
- 1 Huevo batido (para pintar)
- 1 cucharada de aceite de oliva
- una pizca de sal

Preparación:

Paso 1
preparar los ingredientes, la masa de hojaldre lo mismo se puede coger fresca que congelada, el pimiento verde tipo italiano

Paso 2
poner una sartén al fuego, con la cucharada de aceite, pelar el calabacín y picarlo a daditos, lavar el puerro y el pimiento y picarlos también a cachitos, cuando está el aceite caliente, saltear las verduras

Paso 3
mientras se saltean las verduras picar la pechuga en trocitos muy pequeños

Paso 4

mezclar el pollo con las verduras y hacerlo a fuego lento unos 15 minutos

Paso 5

estender la lámina de hojaldre y cortarla en cuadrados según los comensales, esta receta es para 3 por lo que hay que cortar 6 cuadrados, dejar los bordes para adornar

Paso 6

rellenar cada lámina de hojaldre con el relleno de pollo y verduras y el queso troceado.Poner a calentar el horno al menos 10 minutos antes de meterlos a 200 º

Paso 7

cubrir con otro cuadrado de hojaldre, unir los bordes con ayuda de un tenedor y pintar con el huevo batido. Una vez que se ha precalentado el horno, se meten los hojaldres 30 minutos a 200 º