

POLLO A LA CATALANA

*Apta para TM31 y TM5.
Adaptar velocidades y cantidades para TM21*

Ingredientes:

- 100 grs Aceite de Oliva
- 6 dientes de ajo
- 80 grs de tomate maduro
- 1 cebolla grande cortada a cuartos
- 8 contramuslos de pollo o muslo entero partido en 2 (*)
- Sal y pimienta
- 1 hoja de laurel
- 150-200 grs de coñac o brandy
- 20 grs de piñones (opcional)
- 10-12 ciruelas pasas (opcional)



Preparación:

1. Poner en el vaso el **aceite** y los **ajos**. Programar: **4 min – Varoma - Giro Inverso – Vel. Cuchara**
2. Añadir el **tomate**, la **cebolla** y el **pollo** salpimentado al gusto. Programar: **8 min – Varoma - Giro Inverso – Vel. Cuchara**
3. Incorporar los **piñones**, la **hoja de laurel** y el **coñac**. Programar: **40 min – Varoma (**)** - **Giro Inverso – Vel. Cuchara**. Cuando falten 15 minutos(***) añadir las **ciruelas** por el bocal
4. Poner en una cazuela o fuente y servir.

Trucos/ Comentarios:

- (*) Si utilizamos muslos enteros debemos ponerlos en el vaso partidos: muslito y contramuslo.
- (**) Podemos aprovechar el tiempo de cocción para hacer **flanecitos de arroz** para acompañar. Poner en cada flanera 30 grs de arroz, un pellizco de sal, una gota de aceite y 50 grs de agua. Colocar las flaneras dentro del recipiente varoma tapanlo y ponerlo en su posición (encima del vaso)
- (***) En el paso 3 si no queremos estar pendientes del momento en que debemos agregar las ciruelas, programamos los 40 minutos en dos tiempos, es decir, primero 25 min y cuando el tiempo acabe incorporamos las ciruelas y volvemos a programar el tiempo restante (15 min) a la misma temperatura y velocidad.
- Se puede hacer de un día para otro. En ese caso en el paso 3 programar un total de 35 min. Y a la hora de comer calentarlo en el fuego bien bajito o en el horno (con el horno frio poner la cazuela y encender con aire a 180º unos 10-15 minutos)

Manoli Baena

670 903 982

Montse López

699 730 353

<http://thermomix-sabadell.es/lopezgalbanymontse/>