



PECHUGAS RELLENAS DE ESPINACA EN SALSA DE PARMESANO CON CHIPOTLE

Ingredientes:

• Sal y pimienta al gusto • 6 milanesas de pollo • 2 manojos de espinacas picadas en tiras • Aceite, el necesario • Palillos de madera Para la salsa: • 3 cucharadas de mantequilla • 3 cucharadas de cebolla finamente picada • 1 diente de ajo picado • 1 taza de leche • 1 taza de crema • 2 cucharadas de chiles chipotles adobados sin semillas • 1 taza de queso parmesano rallado • Sal al gusto • Pimienta al gusto

Procedimiento:

HORNO PRECALENTADO A 180°C Preparación: 1. Salpimenta por ambos lados las pechugas. 2. Calienta un poco de aceite y fríe ligeramente las espinacas, sazona al gusto. 3. Coloca un poco de espinacas sobre cada pechuga y enrolla sujetando con los palillos para evitar que se salga el relleno. 4. Calienta una sartén con un poco de aceite y fríe las pechugas hasta que estén ligeramente doradas. 5. Coloca las pechugas en molde o charola y hornea por 20 minutos o hasta que estén cocidas, reserva. 6. Para la salsa, licúa la crema con los chiles, reserva. 7. Calienta la mantequilla y sofríe la cebolla junto con el ajo, cuando estén ligeramente dorados agrega la leche, la crema, el queso y salpimenta al gusto. Cocina durante 10 minutos o hasta que espese ligeramente. 8. Si deseas una salsa más tersa, puedes licuar nuevamente todos los ingredientes. 9. Ofrece las pechugas bañadas con la salsa.

Tiempo de preparación:	35 minutos
Tiempo de Horneado:	20 minutos
Grado de dificultad:	Fácil
Porciones:	6