

LA CAMISERÍA

Receta de Rubén Amorín

Ni mata ni engorda



Pularda rellena de Navidad

Ingredientes:

- ✓ 1 Pularda de Navidad deshuesada
- ✓ Pimienta negra
- ✓ Sal

Para el relleno:

- ✓ 1 cebolla grande
- ✓ 2 dientes de ajo
- ✓ 250 gr. de champiñones
- ✓ 2 manzanas reinetas
- ✓ 100 gr. de ciruelas pasas (sin hueso)
- ✓ 100 gr. de orejones
- ✓ 50 gr. de piñones pelados
- ✓ 100 ml. de Oporto
- ✓ Aceite de oliva virgen extra
- ✓ Sal

Para la salsa:

- ✓ 200 ml. de Oporto
- ✓ Zumo de 1/2 naranja

Guarnición:

- ✓ Puré de patata
- ✓ Puré de castaña

Preparación:

Para 6/7 personas

Dificultad: media

Tiempo: 2 horas y 15 minutos (proceso completo)

La salsa

En un cazo vertemos 200 ml. de Oporto y calentamos, exprimimos el jugo de media naranja, removemos para que se integre todo bien. Dejamos a fuego bajo durante 2 min. y reservamos. Con esta salsa regaremos la **pularda** mientras esté en el horno.

El relleno

Picamos la cebolla en *brunoise* (dados pequeños).

Pelamos, quitamos el corazón y cortamos en dados las manzanas.

Cortamos los champiñones en láminas.

En una sartén amplia, vamos cocinando por pasos: cebolla, manzana, y champiñones. A continuación, añadimos las ciruelas, los orejones y los piñones. Salamos al gusto.

Vertemos el Oporto (100 ml.) y cocinamos a fuego bajo/medio unos 15 minutos, para que se vaya pre-cocinando el relleno y reduzca el líquido.

Retiramos y dejamos atemperar.

El relleno debe de quedar jugoso pero sin exceso de líquido.

El horneado

Precalentamos el horno 10 minutos a 200° C, función calor total.

Colocamos la [Pularda deshuesada](#) en una bandeja para horno, con la pechuga hacia arriba. Retiramos las porciones de grasa que encontraremos en su interior.

Salpimentamos al gusto por el exterior del ave.

Procedemos a rellenarla, sin comprimir demasiado. Colocamos la malla a la pularda, de manera que quede cerrado el hueco por donde rellenamos.

Regamos la bandeja con la salsa previamente hecha (oporto+zumo).

Bajamos la temperatura del horno a 170/175°C.

Horneamos unos 20 minutos por cada medio kilo de peso. En este caso, al ser 2 Kg., el tiempo total serían 80 minutos.

Regamos la pularda con la salsa cada 20 minutos. Procurando que no falte líquido en ningún momento. Si es el caso, añadimos un poco de agua tibia.

Estaremos atentos para que no se nos queme la piel en exceso. Si es el caso, tapamos con papel aluminio.

Los últimos 20 minutos, apagamos el horno para aprovechar el calor residual y de paso ahorramos energía. Terminado el tiempo total, dejamos otros 15 minutos reposando en el horno.

Guarnición

Preparamos un 1,5 Kg. de puré de patatas

Acompañamos de 500 gr. de puré de castañas, ya elaborado. Lo encontraremos fácilmente en cualquier gran superficie o tienda gourmet.