COCINANDOPORLAVIDA
Recetas paso a paso

Ver receta en la web



Rollitos de pollo con ciruelas y mozzarella en freidora de aire

Receta para 4

Preparación: 20 min
Total: 40 min
Dificultad: Fácil

INGREDIENTES

- [ ] 600 g Pechuga de pollo
- [ ] 8 unidades Ciruelas pasas
- [ ] 100 g Mozzarella
- [ ] 8 lonchas Jamón serrano
- [ ] 1 pizca Sal
- [ ] 1 pizca Pimienta negra
- [ ] 1 cucharada Aceite de oliva virgen extra
- [ ] 1 cucharadita Pimentón dulce
- [ ] 1 cucharadita Tomillo

PREPARACIÓN

1. Corta la pechuga en 8 filetes finos, de unos 5 mm de grosor, y aplánalos con un rodillo entre dos papeles de cocina. Sazona con sal, pimienta y tomillo por una cara.

2. Corta la mozzarella en 8 bastones y las ciruelas pasas por la mitad. Si las ciruelas están muy duras, déjalas 10 minutos en agua caliente y sécalas bien.

3. Pon en cada filete un bastón de mozzarella y dos mitades de ciruela cerca de un extremo. Enrolla el filete con firmeza hacia el otro lado, sin dejar huecos.

4. Envuelve cada rollito con una loncha de jamón serrano y sujétalo con un palillo. Así no se abre y el queso se queda dentro al fundirse.

5. Mezcla el aceite con el pimentón y pincela los rollitos. Precalienta la freidora de aire 3 minutos a 180

°C.

---

6. Cocina los rollitos 16-18 minutos a 180 °C, dándoles la vuelta a mitad de tiempo. Estarán listos cuando el jamón esté dorado y el centro del pollo llegue a 75 °C. Déjalos reposar 3 minutos y retira los palillos antes de servir.