



Aguacates Rellenos de Pollo

Ingredientes - Para 4 persona(s)

- 4 Ud. de *Aguacate*
- 2 Ud. de *Pollo*
- 1 Ud. de *Cebolla*
- 2 Ud. de *Tomate*
- 3 Cucharada(s) de *Aceite de oliva*
- 1 Pellizco(s) de *Sal*
- 1 Ud. de *Limón*
- 1 Ud. de *Pimiento rojo*
- 1 Pellizco(s) de *Pimienta*

Preparación

Paso 1 - Preparación de los ingredientes

Lavaremos y secaremos bien los **tomates**, el **pimiento rojo** y el **limón**. Pelaremos la **cebolla** y la cortaremos en dados pequeños. Partiremos los **aguacates** por la mitad, retiraremos el hueso y vaciaremos la pulpa con cuidado, dejando las cáscaras intactas para usarlas como cuencos. Cortaremos la pulpa del aguacate en trozos pequeños. Exprimiremos el **limón** para obtener su jugo. **Prepararemos todos los ingredientes cuidadosamente** para asegurar que la ensalada esté fresca y bien mezclada.

Paso 2 - Cocción del pollo

Cocinaremos las pechugas de **pollo** a la plancha con un poco de sal y pimienta. Nos aseguraremos de que estén bien cocidas pero jugosas. **La cocción adecuada del pollo es crucial** para mantener su sabor y textura. Dejaremos enfriar un poco el pollo y luego lo cortaremos en dados pequeños.

Paso 3 - Mezcla de los ingredientes

En un bol grande, mezclaremos el **pollo** cortado, los **tomates** en dados, la **cebolla**, el **pimiento rojo** en dados y la pulpa del **aguacate**. Añadiremos sal y pimienta al gusto. **Mezclaremos los ingredientes de manera uniforme** para que cada bocado tenga un poco de todo.

Paso 4 - Preparación del aderezo

En un recipiente pequeño, mezclaremos el **aceite de oliva** con el jugo de **limón**. Verteremos el aderezo sobre la mezcla de pollo y vegetales, y mezclaremos bien para que todos los ingredientes se impregnen de sabor. **Un buen aderezo realza los sabores** de la ensalada.



Recetus - Aguacates Rellenos de Pollo

Tu comunidad de cocina

recetus.com

Paso 5 - Relleno de los aguacates

Rellenaremos las cáscaras de los **aguacates** con la mezcla de pollo y vegetales. **Utilizaremos las cáscaras de aguacate como cuencos** para una presentación atractiva y práctica.

Paso 6 - Presentación del plato

Colocaremos los **aguacates rellenos** en un plato grande y decoraremos con unas rodajas de limón y hojas de cilantro fresco, si lo deseamos. **La presentación es clave** para que el plato sea más apetecible. Serviremos inmediatamente para disfrutar de la frescura de los ingredientes.