

RecetaKA

PAVO CON SALSA DE MANGO

Ingredientes para 6 personas: 1 pechuga de pavo / 50 g de cognac / 150 g Jerez / 4 especias / 10 g de harina / 150 g salsa de tomate natural / 150 ml de caldo de ave / 1 mango / 1 cebolla / 1 zanahoria / 1 ajo / 1 pimiento verde



Elaboración

1. Limpiar la pechuga de pavo.
2. Mezclar la mitad del cognac y el jerez con las cuatro especias y con un chorrito de aceite y sal.
3. Untar con esta mezcla el pavo, hornear a 200º durante 15 min.
4. Picar la cebolla en juliana, la zanahoria, el pimiento y el ajo en tartar. Pelar el mango y trocearlo.
5. Rehogar en aceite las verduras. Espolvorear la harina y dejar que se dore.
6. Incorporar el mango, el tomate y el resto del cognac y jerez, y el caldo
7. Mantener al fuego unos diez minutos y triturar.
8. Reservar la carne en la salsa hasta la hora de servir. Cortar las pechugas en láminas y servir las con la salsa

