

ENSALADA DE CODORNICES ESCABECHADAS



Ingredientes

- 1 bolsa de lechugas
- 4 codornices
- 3 cucharadas de cebollitas en vinagre
- 1 cucharadita de pimienta de colores
- 2 dientes de ajo
- 1 tacita de vinagre de Jerez
- 1 tacita de aceite de oliva
- pimienta
- 1 pastilla de AVECREM POLLO BAJO EN SAL

Preparación

Limpiar las codornices, lavarlas y separar las pechugas y los muslos de la carcasa como si de un pollo se tratase. Eliminar las carcasas. Sazonar con 1 pastilla de AVECREM POLLO BAJO EN SAL desmenuzada, los trozos de codorniz y dorarlos en el aceite caliente con los ajos tiernos, hasta que cojan un color uniforme.

Agregar los granos de pimienta y las cebollitas escurridas, verter el vino y dejarlo reducir unos 5 minutos. Añadir el vinagre y cocer durante 12 minutos más, removiendo, de vez en cuando.

Dejar enfriar. Colocar las lechugas en el centro de 4 platos, disponer las codornices alrededor y rociarlo todo con el jugo de la cocción con sus ajos y cebollitas.