



¡En papillote! Pollo relleno de quesos a la mediterránea

con patatas, zanahoria y calabacín asados

Preparación en 15'

Preparation time : 45 min.



What did you think of this recipe?
Scan the QR code to share your feedback.

Find the full recipe and preparation details online.
<https://hfresh.cottey.fr/es-ES/recipes/en-papillote-pollo-relleno-de-quesos-a-la-mediterranea-654>

Detach me! _____

Before you start

Plan ahead by checking the use-by dates of your ingredients. Rinse fresh produce and prepare the quantities listed below.

Utensils

Bandeja de horno con papel de horno, Pelador, Bol, Papel de horno

Ingredients for 1-6 people

Ingredient	2p	4p	6p
Zanahoria (unidad(es))	1	2	3
Patata (gramo(s))	400	800	1200
Calabacín (unidad(es))	½	1	1½
Queso crema (paquete)	2	4	6
Queso italiano rallado curado (gramo(s))	20	40	60
Espesias mediterráneas (sobre(s))	1	2	3
Pechuga de pollo (unidad(es))	2	4	6
Sal y pimienta (pizca(s))	1	1	1
Aceite de oliva (cucharada(s))	2	4	6

Add yourself

Salt, pepper, oil and water according to taste.

Nutritional values

Per serving	Amount
Valor energético (kJ)	2308 kJ
Valor energético (kcal)	552 kcal
Grasas	25.4 g
de las cuales saturadas	7.4 g
Carbohidratos	48.9 g
de los cuales azúcares	8.7 g
Fibra	3.8 g
Proteínas	44 g
Sodio	0.74 mg

Allergens

Leche

Always check the product labels for allergen information.



3, 2, 1, ¡a cocinar!

¡Asegúrate de utilizar las cantidades indicadas a la izquierda para preparar tu receta!

- Precalienta el horno a 220°C.
- Pela la **zanahoria** y córtala por la mitad a lo largo. Corta en medias lunas finas.
- Corta las **patatas** en gajos de 1-2 cm de grosor.
- Retira los extremos del **calabacín** y córtalo por la mitad a lo largo. Corta en medias lunas de 0,5-1 cm.
- En un bol, mezcla el **queso crema**, el **queso italiano** y la mitad de las **especies mediterráneas**.



¡Esto se calienta!

- Coloca el **pollo** envuelto en papel de horno en un lado de una bandeja de horno con papel de horno.
- Coloca los **vegetales** al otro lado de la bandeja y adereza con las **especies mediterráneas** restantes, un chorrito de **aceite**, **sal** y **pimienta**.
- Hornea a media altura 25-30 min o hasta que el **pollo** quede cocinado y los **vegetales** estén tiernos.



Rellena el pollo

- **Salpimienta** el **pollo** y cubre la superficie de la mitad de las **pechugas** con la mezcla de **queso**.
- Coloca la **pechuga** restante encima, como si fuera un sandwich.
- Envuelve el **pollo** en papel de horno, girando los extremos para que el **pollo** quede sellado en el interior, como un caramelo.

RECUERDA: Lávate las manos y los utensilios de cocina después de manipular carne cruda.



Listo para disfrutar

- Cuando esté listo, saca el **pollo** del papel de horno y divide por la mitad a lo ancho, de manera que quede una porción por persona.
- Coloca los **vegetales** asados en la base de los platos y sirve el **pollo en papillote** encima.

Enjoy your meal!