

Comida Mediterránea

Muslitos de codorniz con naranja y chocolate

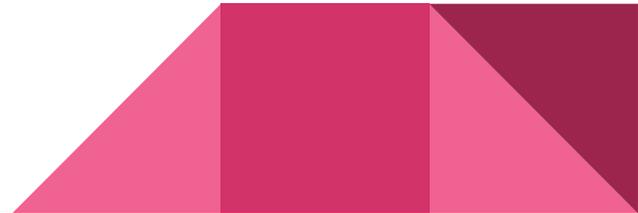
Índice

-¿Qué es una codorniz?

-Preparación

-Imágenes explicativas

-Vídeo de ejemplo



¿Qué es?

La más pequeña de nuestras galliformes es un ave ligada a los medios abiertos de la Península y ambos archipiélagos, desde las llanuras cerealistas hasta las amplias extensiones desarboladas de los páramos. Este migrante de largo recorrido y complejos patrones migratorios presenta un alto potencial reproductivo con el que compensa las numerosas bajas que sufre a manos de los depredadores. La caza abusiva y la transformación del hábitat son algunas de sus principales amenazas.



Preparación

Preparación

1. Doramos los muslitos de codorniz en aceite de oliva y reservamos.
2. En un segundo recipiente pochamos los ajos y la cebolla y, una vez dorados, agregamos los muslitos. Flambeamos el conjunto con el vino tinto y agregamos, por orden, el fondo oscuro, el chocolate y el zumo de naranja.
3. Terminamos con una juliana de naranja previamente almibarada.
4. Para el puré: cocemos la patata y agregamos la mantequilla y la nata. Removemos hasta lograr una pasta homogénea.

Presentación

Colocamos los muslitos de codorniz sobre el puré de patata. Salseamos y terminamos la decoración con un poco de naranja con su piel crocante.



Imágenes explicativas



Vídeo de ejemplo

RECETA: POLLO AL HORNO MARINADO CON LIMON NARANJA Y ROMERO



Fin

Trabajo hecho por Gianfranco Landave Gonzalez

