



ESCALOPINES DE PAVO CON FRUTAS

INGREDIENTES PARA 4 COMENSALES

- 600 g de escalopines de pavo
- 200 g de cebolla
- 200 g de uva
- 100 ml de vino tinto
- 20 g de maicena
- 80 g de aceite de oliva
- 2 g de tomillo
- 2 g de romero
- sal
- 2 g de pimienta molida

LA PREPARACIÓN

- Salpimentar los escalopines.
- Diluir la maicena en agua.
- Freír los escalopines en un cazo con aceite caliente. Cuando estén dorados, retirar y reservar.
- En el mismo cazo, rehogar la cebolla picada hasta que se dore. Añadir los escalopines, 2 vasitos de vino, el tomillo y el romero.
- Salpimentar y dejar cocer unos 30 - 40 minutos.
- Partir los granos de uva por la mitad y retirar las pepitas. Poner en el cazo y añadir la maicena diluida.
- Dejar unos minutos a fuego suave.
- Servir los escalopines con la uva, regados con la salsa.



INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Hidratos
de carbono
14.1 g

Grasas

21.8 g

Kcal

407

Proteínas

33.7 g