

# PULARDA ASADA CON MANZANAS Y OREJONES



para conducir bien  
en moto

# INGREDIENTES



## Para el plato

1 pularda del Convento de unos 3 kg

.

20 ml de brandy

.

20 ml de vino blanco

.

100 ml de agua

.

10 ml de aceite de oliva virgen extra

.

Sal

.

Pimienta negra



## Para la vinagreta

10 ml de vinagre

.

2 manzanas

.

15 gr de azúcar

.

25 gr de mantequilla

.

12 orejones

.

Grosellas

.

15 gr de harina

.

Romero

# EL PLATO



01

*Colocamos la pularda en una bandeja de horno y, ahí, la untamos con aceite y le ponemos sal y pimienta al gusto. En este caso, medir la cantidad de sal que va a llevar es tan importante como medir bien la distancia en caso de adelantar a otros vehículos.*

# EL PLATO

02

*A continuación, le añadimos agua, vino, romero y, uno de mis ingredientes secretos, brandy. Lo que no es un secreto es que, si vas a conducir, no tomes ni una sola gota de alcohol. En esta receta es indispensable, pero en la conducción puede tener consecuencias irreversibles.*



# EL PLATO



03

*Después, ajusta la temperatura del horno a 180° e introduce la bandeja con la pularda dentro, al igual que debes incluir paciencia y respeto en la conducción. Recuerda que para que las cosas salgan bien, hay que darles su tiempo.*



# EL PLATO



04

*Si deseas que la carne quede aún más dorada y crujiente, píntala con el caldo de la bandeja hasta que esté hecha y sube un poco la temperatura del horno durante los últimos minutos.*

*Al igual que cada vez que te subas a la moto, debes ponerte sí o sí el casco.*

# LA SALSA

05

*Para la salsa, pela las manzanas, córtalas en gajos y resérvalas. Después, pon mantequilla en una sartén y, cuando esté derretida, añade las manzanas y los orejones. Añádelos a la sartén poco a poco, así como también tienes que salir poco a poco de un cruce para ver y ser visto.*



# LA SALSA



06

*Incorpora el azúcar y el vinagre, después, deja que reduzca. Esa reducción es importante para que la manzana y los orejones se doren, pero más importante es reducir la velocidad cuando pasas por zonas escolares y residenciales para evitar posibles siniestros.*

# LA SALSA

07

*En otra sartén, ponemos mantequilla para que se derrita, añadimos la harina y el caldo que ha salido de la cocción de la pularda. Después, cocemos bien la salsa hasta que quede una buena textura.*

*Es importante remover esta mezcla despacio, al igual que debemos conducir despacio cuando nos encontramos obras en la calzada.*





08

*Para terminar, emplatamos la pularda en una bandeja junto a la manzana, los orejones y la salsa aparte en una salsera. Como también debes dejar aparte las conductas agresivas en la carretera para disfrutar de una conducción segura.*



CONDUCIR **ES CONVIVIR**

