



## POLLASTRE AMB CASTANYES I BOLETS

### INGREDIENTS PER A 4 COMENSALS

- 600 g de pollastre
- 200 g de castanyes
- 300 g de bolets
- 3 unitats de tomaca
- 4 dents de all
- 20 ml de conyac
- 50 ml de vi blanc
- 200 ml de caldo de pollastre
- 1 rama de timó
- 1 rama de julivert
- 1 rama de romer
- 2 unitats de pa de motle
- 20 g de farina
- 40 g de oli d'oliva
- sal
- pebre

### LA PREPARACIÓ

- Salpebra els trossos de pollastre, passa'ls per la farina i daura'ls en una cassola amb 2 cullerades d'oli. Retira'ls i reserva'ls.
- Renta els bolets, talla'ls en trossos i sofrig-los amb una cullerada d'oli, a més dels 3 alls i el julivert picats fins. Assaona'ls. Apuja el foc, aboca-hi el conyac i deixa-ho reduir. Reserva-ho tot.
- En una altra paella, amb la cullerada que queda d'oli, sofrig lleugerament l'all tallat en làmines,



### INFORMACIÓ NUTRICIONAL

|                                 |                     |
|---------------------------------|---------------------|
| Hidrats<br>de carboni<br>33.6 g | Grases<br>20.4 g    |
| Kcal<br>490                     | Proteïnes<br>35.2 g |

retira'l i frig les llesques de pa.  
Deixa-les escórrer sobre paper  
absorbent i pica-les en el morter  
amb l'all fins a obtindre'n una pasta  
fina.

- Renta i ratlla les tomaques i sofrig-les en la cassola on has daurat el pollastre fins que quede una salsa un poc espessa. Afig-hi el vi, el caldo i les herbes i deixa-ho coure 5 minuts.
- Afig-hi els trossos de pollastre i cuina-ho a foc suau durant 45 minuts, amb la cassola tapada. Afig-hi els bolets i les castanyes bullides prèviament i sense pell, i deixa-ho coure 10 minuts més amb la cassola destapada.
- Rectifica-ho de sal i pebre si ho veus necessari.