

# RECALENTAR Y REUSAR



## POLLO

### DESHUESADO

Pechugas y en piezas

- Descongelar sumergido en agua de 15 a 25 min
- Añadir salsa o algún líquido: agua, jugo, leche (coco, macadamia) o salsa hecha anteriormente
- Recalentar tapado en el horno precalentado a 176 °C de 8 a 10 min
- Si su salsa es de yogur, sívala a temperatura ambiente

### ENTERO

Piezas Asadas / Entero

- Descongelar sumergido en agua por 25 min
- Añadir salsa o algún líquido: agua, jugo, leche (coco, macadamia) o salsa hecha anteriormente para recalentarlo con ella.
- Recalentar tapado y en el horno precalentado a 160 °C: 1 hora y media para un pollo entero y de 15-20 min para piezas
- Si su salsa es de yogur, sívala a temperatura ambiente



## RES, JABALÍ SALVAJE, VENADO

### PIEZAS GRANDES COMO COSTILLAS ASADAS, O FILETE DE RES

- Descongelar sumergido en agua por 3 horas
- Recalentar con salsa o algún líquido: agua, jugo, leche (coco, macadamia) o salsa hecha anteriormente
- Cocinar tapado en el horno precalentado a 148 °C de 20 a 30 min
- Si su salsa es de yogur, sívala a temperatura ambiente

### PORCIONES INDIVIDUALES

- Descongelar sumergido en agua por 25 min
- Recalentar con salsa o algún líquido: agua, jugo, leche (coco, macadamia) o salsa hecha anteriormente
- Cocinar tapado en el horno precalentado a 148 °C de 8 a 10 min
- Si su salsa es de yogur, sívala a temperatura ambiente



## CERDO, CORDERO, PAVO Y SALMÓN

### PIEZAS MÁS GRANDES: ASADO O FILETE ENTERO

Pechuga de Pavo y Costilla de Cordero

- Descongelar sumergido en agua por 3 horas
- Añadir salsa o algún líquido: agua, jugo, leche (coco, macadamia) o salsa hecha anteriormente
- Cocinar tapado en el horno precalentado a 148 °C de 20 a 30 min
- Si su salsa es de yogur, sívala a temperatura ambiente

### PORCIONES INDIVIDUALES

Chuletas y Rodajas

- Descongelar sumergido en agua por 15 min
- Añadir salsa o algún líquido: agua, jugo, leche (coco, macadamia) o salsa hecha anteriormente
- Cocinar tapado en el horno precalentado a 148 °C de 6 a 8 min
- Si su salsa es de yogur, sívala a temperatura ambiente



## FILETES DE PESCADO BLANCO Y CRUSTÁCEOS

### PIEZAS INDIVIDUALES Y PORCIONES INDIVIDUALES

- Descongelar sumergido en agua de 15 a 20 min
- Añadir salsa o algún líquido: agua, jugo, leche (coco, macadamia) o salsa hecha anteriormente
- Cocinar tapado en el horno precalentado a 148 °C de 8 a 10 min
- Si su salsa es de yogur, sívala a temperatura ambiente

### CHEF

PATRICIA MCCAUSLAND-GALLO



CHEF PACHI