

## CIABATTA DE POLLO AL PESTO

Tiempo de preparación: 10 minutos

Tiempo de cocción: 20 minutos

Salen 4 pedazos de ciabatta

### Ingredientes

#### Para hacer Ciabatta de pollo:

- 1 Ciabatta grande
- 2 pechugas de pollo
- ½ taza de pesto (comprado o hecho en casa)
- ⅓ taza de crema agria
- 2 puñados grandes de arugula o espinaca
- 2 tomates grandes en rodajas
- 1 bola de mozzarella fresca en rodajas, (125g)
- Sal y pimienta para sazonar

#### Para hacer el Pesto:

- 2 tazas de albahaca fresca (30 g)
- 1 cucharada de piñones
- 1 diente de ajo
- ½ taza de queso parmesano recién rallado
- Jugo de 1 limón
- ⅓ taza de aceite de oliva extra virgen
- Sal y Pimienta

### Instrucciones:

1. Sazona las pechugas de pollo con sal y pimienta y rociarlas con aceite de oliva, luego cocinar durante unos 8 minutos por cada lado en una plancha o sartén caliente hasta que estén bien cocidas y jugosas.
2. Quitar las pechugas de la sartén y dejarlas reposando en una tabla de cortar durante unos 5 a 10 minutos, para que queden jugosas y suaves al momento de cortarlas.
3. Para hacer el pesto, poner todos los ingredientes en un procesador de alimentos, pulsar hasta que quede bien combinado todo, probar de sal y pimienta y listo, dejar aparte. Si vas a usar Pesto comprado, omitir este paso.
4. Cortar el tomate y la mozzarella en rodajas y mezclar el pesto con la crema agria hasta que estén bien combinados.



5. Precalentar el horno a 350°F(180°C), calentar la ciabatta en el horno durante unos 3 minutos, retirarla después de ese tiempo y dejar aparte
6. Cortar el pollo en pedazos largos y cortar la Ciabatta por la mitad a lo largo, unta un poco de crema de pesto en la mitad inferior. Cubre con arugula, luego pollo y agrega con un poco más de crema de pesto.
7. Cubre con la mozzarella y el tomate, luego la otra mitad del pan ciabatta, luego córtalo en porciones, servir y disfrutar.

**Notas:**

\*La arugula (rúcula, rocket) la puedes sustituir por espinacas frescas o puedes eliminarlas si no quieres usar.

\*El pan Ciabatta lo puedes sustituir por un buen pan rústico o un buen pan baguette.

\*La crema ácida (sour cream) la puedes sustituir por Yogurt Griego Natural que es cremoso.

**Si haces el pesto en casa:**

\*Asegúrate de usar albahaca fresca para obtener mejores resultados y no uses ninguna hoja con manchas negras o que se haya marchitado.

\*Si no tienes piñones puedes sustituirlos por cashews o nueces

\*Se puede mantener el pesto en el refrigerador durante 1 día, puede oxidarse y volverse marrón, revuelve varias veces para evitar esto.