



# Pavo guisado con especias y cuscús

## Ingredientes 2-4 personas

500g de Pechuga de pavo o pollo  
1 Cebolla  
1 Diente de ajo  
1 Cucharadita de Orégano en polvo  
1 Cucharadita de Pimentón  
1 Cucharadita de Ajo en polvo  
Sal y pimienta al gusto  
1 Vaso de caldo de pollo o verduras  
Salsa de soja al gusto  
50g de Arándanos deshidratados  
Aceite de oliva virgen extra

### **Para el cuscús**

1 Vaso de cuscús  
1 Vaso de caldo de pollo o verduras  
40g de Arándanos deshidratados  
1 Puñado de Anacardos tostados  
Perejil al gusto

## Ingredientes 6-10 personas

1500g de Pechuga de pavo o pollo  
3 Cebollas  
3 Dientes de ajo  
3 Cucharaditas de Orégano en polvo  
3 Cucharaditas de Pimentón  
3 Cucharaditas de Ajo en polvo  
Sal y pimienta al gusto  
3 Vasos de caldo de pollo o verduras  
Salsa de soja al gusto  
150g de Arándanos deshidratados  
Aceite de oliva virgen extra

#### **Para el cuscús**

3 Vasos de cuscús  
3 Vasos de caldo de pollo o verduras  
120g de Arándanos deshidratados  
3 Puñados de Anacardos tostados  
Perejil al gusto

### Ingredientes 12-16 personas

2000g de Pechuga de pavo o pollo  
4 Cebollas  
4 Dientes de ajo  
4 Cucharaditas de Orégano en polvo  
4 Cucharaditas de Pimentón  
4 Cucharaditas de Ajo en polvo  
Sal y pimienta al gusto  
4 Vasos de caldo de pollo o verduras  
Salsa de soja al gusto  
200g de Arándanos deshidratados  
Aceite de oliva virgen extra

#### **Para el cuscús**

4 Vasos de cuscús  
4 Vasos de caldo de pollo o verduras  
160g de Arándanos deshidratados  
4 Puñados de Anacardos tostados  
Perejil al gusto

### Preparación

Cortamos la pechuga de pavo en dados del mismo tamaño. Los salpimentamos y añadimos el orégano, el pimentón, el ajo en polvo y un chorrito de aceite de oliva para adobarlo todo muy bien. En una cazuela o sartén con aceite de oliva virgen extra lo salteamos a fuego fuerte. Una vez que esté bien dorado, retiramos y reservamos. En esa misma sartén, ponemos un poco más de aceite y doramos un diente de ajo y pochamos la cebolla. Salpimentamos y dejamos que se cocine todo durante 5-10 minutos hasta que

la cebolla esté blandita. Volvemos a incorporar el pavo a la sartén y vertemos el caldo de pollo o verduras y un chorrito de salsa de soja. Añadimos también los arándanos deshidratados, tapamos y dejamos que se cocine durante 15-20 minutos. Entretanto preparamos el cuscús. Cocemos el cereal en el caldo de verduras o pollo. Cuando esté listo añadimos los arándanos, los anacardos, perejil fresco y aceite de oliva virgen extra. Cuando el pavo esté tierno, destapamos y dejamos que la salsa reduzca un poquito más. Ya solo nos queda emplatar con unos anacardos tostados por encima, un poco más de perejil y el cuscús.