

# Huevos rellenos de pollo y jamón

Publicada por:

[imprimir](#)



• 20 '

• 40 '

• 4

-  SIN
-  SIN
- 
- 

Comentario nutricional

El huevo no tiene una estructura nutricional homogénea: la clara está formada principalmente por agua y proteínas, mientras que la yema está formada por grasas

y proteínas.

## **Modo express**

1. Pique muy fino la cebolla, el ajo y el cebollino; corte la pechuga y el jamón en cubitos.
2. Introduzca los huevos enteros en la cubeta y cúbralos con las 4 medidas de agua con sal. Cierre la tapa y programe el menú Presión 30 minutos a 135º.
3. Pele y corte los huevos por la mitad. Quite las yemas y resérvelas.
4. Programe el menú Freír/Sofreír 10 minutos a 180º. Dore el ajo en el aceite y luego añada la cebolla y el pollo; sofría 3 minutos. Agregue el jamón y remueva a menudo hasta que finalice el programa. Rectifique la sal, retire y deje enfriar.
5. Mezcle el preparado anterior con la mayonesa y la mostaza, hasta formar una masa. Rellene los huevos con esta masa y espolvoree por encima el cebollino y las yemas ralladas.