

Paté de Pollo Estilo Paleo

Ingredientes

- 500 g de hígados de pollo (panita)
- Agua filtrada
- 1 cucharada de vinagre de cidra de manzana
- ¼ de taza de aceite de coco
- 1 cebolla picada
- Un poco de romero
- 1 cucharadita de sal rosada
- 1 cucharadita de pimienta negra



Preparación

1. Coloque los hígados en un recipiente de vidrio con agua y el vinagre de cidra de manzana, y remoje durante la noche. Al día siguiente descarte el agua y enjuague los hígados.
2. En una olla o sartén, agregue el aceite de coco y caliéntelo a fuego medio bajo.
3. Agregue la cebolla picada, y sofría hasta que comiencen a colocarse transparentes.
4. Agregue los hígados, la sal, la pimienta y el romero. Tape la olla y cocine a fuego medio bajo por 10 minutos, o hasta que los hígados estén cocidos, pero algo rosados por dentro.
5. Retire del fuego, y transfiera el contenido a una procesadora o licuadora. Mezcle a alta velocidad, hasta que consiga una pasta suave.
6. Transfiera el paté a un frasco de vidrio, refrigere y consuma dentro de 3 a 4 días.

¡A disfrutar!