

Chicken Parmigiana

Clásico Crujiente

⌚ Prep: 25m

🔥 Cocción: 25m

Σ Total: 50m

🍽️ 4 porciones



Ref. visual: Sip and Feast (Jim Mumford)

MISE EN PLACE / INGREDIENTES [11]

- ☐ 2 grandes (1.5 lbs) Pechugas de pollo deshuesadas cortadas a la mitad y aplanadas a 1/4 pulgada
- ☐ 0.5 taza Harina de trigo todo uso para enharinar
- ☐ 1.5 tazas Pan rallado sazonado italiano mezclado con panko (4C o Progresso)
- ☐ 0.5 taza Queso Pecorino Romano rallado fino, dividido (Locatelli)
- ☐ 8 oz Queso mozzarella de leche entera rallado en bloque (Galbani Whole Milk)
- ☐ 2 tazas Salsa marinara casera de tomate San Marzano, ajo y albahaca, caliente y dividida
- ☐ 2 unidades Huevos grandes batidos con un chorrito de agua
- ☐ 1 taza Aceite de oliva suave para freír las milanesas
- ☐ 1.5 cucharaditas Sal kosher
- ☐ 1 cucharadita Pimienta negra recién molida
- ☐ 0.25 taza Hojas de albahaca fresca troceadas

GUÍA DE SUPERMERCADO (EE. UU.)

Queso Pecorino Locatelli: Locatelli Pecorino Romano Wedge

El queso de oveja salado que define la sazón de las milanesas en Nueva York. • 📍 Nevera de quesos especiales.

Mozzarella Entera: Galbani Whole Milk Low-Moisture Mozzarella

Fundido elástico sin liberar agua que ablande el empanizado. • 📍 Lácteos.

SECUENCIA DE COCCIÓN Y PUNTOS DE CONTROL

- 1

Aplanar y Empanizar ⌚ 10 min

Aplana las pechugas a 1/4 pulgada de grosor uniforme y sazona con sal kosher y pimienta negra. Pásalas por la harina de trigo, luego por el huevo batido y finalmente presiona bien sobre el pan rallado mezclado con 1/4 taza del queso Pecorino Romano.

✓ Control: Milanesas finas cubiertas uniformemente.
- 2

Freír al Dorado Perfecto ⌚ 8 min

Calienta la taza de aceite de oliva a fuego medio (350°F / 175°C). Fríe las milanesas 3 a 4 minutos por lado hasta que estén profundamente doradas y crujientes (165°F / 74°C internos). Escurre sobre la rejilla metálica.

✓ Control: Milanesas doradas súper crocantes.
- 3

Salsa Central y Queso ⌚ 4 min

Coloca las milanesas en la bandeja para hornear. Distribuye 1 taza de la salsa marinara caliente únicamente sobre la franja central de las milanesas (4 cucharadas por milanesa), dejando los bordes libres; cubre con la mozzarella rallada y el 1/4 taza restante de Pecorino Romano.

✓ Control: Bordes crujientes expuestos con queso en el centro.
- 4

Gratinar en Broiler ⌚ 4 min

Gratina en el horno bajo el asador (broiler) a fuego alto durante 3 a 4 minutos hasta que el queso burbujee y tenga motas doradas. Decora con las hojas de albahaca fresca troceadas y sirve de inmediato acompañando con la taza restante de salsa marinara caliente.

✓ Control: Queso derretido con manchas doradas y bordes crujientes.

🛡️ **SEGURIDAD ALIMENTARIA Y TEMPERATURA: 165°F (74°C) MÍNIMO OFICIAL OBLIGATORIO DEL USDA PARA AVES DE CORRAL**

Seguridad Alimentaria USDA (≥165°F / 74°C): La pechuga de pollo debe alcanzar un mínimo obligatorio de 165°F (74°C) en su parte más gruesa para eliminar Salmonella. Evita superar los 170°F (77°C) en pechugas magras para conservar su jugosidad.

👁️ **SEÑAL MAESTRA DE ÉXITO:**

Costra de pollo que mantiene su crocancia bajo el queso mozzarella fundido y dorado por el horno.

🔍 **POR QUÉ FUNCIONA:**

Técnica del Borde Crujiente Expuesto: Colocar la salsa marinara y el queso estrictamente en la franja central de la milanesa frita mantiene el perímetro exterior expuesto y sonoramente crujiente bajo el asador (broiler) del horno.

⚠️ **EVITA ESTE ERROR:**

El empanizado se puso aguado después de hornear: Coloca solo una tira de salsa en el centro de la milanesa y gratina bajo el broiler 4 minutos en lugar de hornear 20 minutos.