

Petto di pollo con salsa di nocciole - Categoria Piatto unico - Tempo 40 min - Difficoltà Facile

Categoria : Primo

Pubblicato da [G.P.](#) in 16/11/2010

Categoria Piatto unico - Tempo 40 min - Difficoltà Facile - Calorie 224 - Cottura In casseruola - Petto di pollo con salsa di nocciole

Petto di pollo con salsa di nocciole

■ Categoria Piatto unico ■
■ Difficoltà Facile ■
■ Cottura In casseruola ■
■ Fonte cucina no problem del 2010 ■

Ingredienti

- >Pepe
- >Aglio 1 spicchio
- >Nocciole 100 gr
- >Olio di oliva extravergine
- >Pollo petto 500 gr
- >Rucola 1 mazzetto
- >Sale
- >Timo 1 rametto
- >Uova 2 numero
- >Vino bianco 4 cucchiaino
- >Aceto di mele 3 cucchiaino
- >Catalogna 1 mazzetto
- >Radicchio chioggia 1 mazzetto

Preparazione

1 petto di pollo bio di circa 500 g

1 cespo di radicchio di Chioggia bio

1 mazzetto di rucola bio

1 cuore di catalogna bio

o 1 mazzetto di tarassaco bio o di cicoria bio

2 uova bio

100 g di nocciole sgusciate bio

1 rametto di timo bio

1 spicchio d'aglio bio

4 cucchiaini di vino bianco secco bio

3 cucchiaini di aceto di mele bio

olio extravergine di oliva bio

sale e pepe

1 Prepara gli ingredienti. Immergi le uova in acqua fredda, porta lentamente a ebollizione e cuocile per 8 minuti. Falle raffreddare sotto acqua fredda corrente, sguscialle, partendo dai poli, e tagliale a rondelle, in senso verticale. Pulisci le insalate e il cuore di catalogna (o il tarassaco o il cicorino), lavale, asciugale e riduci le foglie a listarelle. Lava e asciuga il timo. Spella l'aglio e schiaccialo leggermente.

2 Cuoci il pollo. Elimina le eventuali parti grasse e l'ossicino del petto di pollo. Soffriggi l'aglio e il timo nella padella con 2 cucchiaini di olio. Aggiungi il petto di pollo e rosolalo per qualche minuto, finché risulterà dorato uniformemente. Bagna la carne con il vino bianco e lascialo evaporare. Regola di sale e insaporisci con una macinata abbondante di pepe. Cuoci il petto di

pollo per circa 20 minuti a fuoco dolcissimo con il coperchio.

3 Fai la salsa. Spella le nocciole e falle tostare nel padellino, senza condimenti, per qualche minuto. Frulla 1/3 di nocciole con l'aceto e un pizzico di sale. Versa 2 cucchiaini di olio, 1 alla volta, frullando in continuazione con il mixer, fino a ottenere una salsina ben emulsionata.

4 Servi. Sgocciola il petto di pollo dalla padella e taglialo a fettine. Amalgama il sugo di cottura alla salsina di nocciole. Sistema l'insalata in un piatto da portata. Aggiungi il pollo e le uova. Irrora con la salsina preparata, spolverizza con le nocciole rimaste e servi.