



Petto di pollo con scamorza e pomodori secchi

30 Maggio 2020



4 PORZIONI



DIFFICOLTÀ



COSTO



TEMPO DI PREPARAZIONE
15 MIN



TEMPO DI COTTURA
40 MIN



CALORIE
580K

NOTE

INGREDIENTI

2 Petti di pollo

240 g di Scamorza

60 g di Pomodori secchi sott'olio

80 g di Pancetta a fette sottili

20 g di Capperi sotto sale

1 spicchio di Aglio

10 cl di Vino bianco secco

Basilico fresco

4 cucchiaini di Olio extravergine di oliva

Sale

Pepe

PER IL CONTORNO

1 mazzo di Asparagi

Preparazione

- Fatevi tagliare in due i petti di pollo, e incidere una tasca profonda in ogni metà, in modo da averli già pronti per la farcitura.
- Sciacquate i capperi e immergeteli in acqua fredda per mezzora, cambiando l'acqua 2-3 volte; alla fine sciacquateli e asciugateli.
- Fate rinvenire i pomodori secchi in poca acqua bollente per una decina di minuti; poi scolateli e tagliateli a pezzetti.
- Farcite ogni petto di pollo con la pancetta, la scamorza tagliata a fettine, i pomodori secchi, i capperi e qualche fogliolina di basilico; richiudete bene i lembi della carne.
- Sbucciate l'aglio, tagliatelo a metà e strofinatelo sul fondo di una pirofila, grande a sufficienza per contenere in un unico strato i petti di pollo. Appoggiatevi i petti farciti, conditeli con l'olio, un pizzico di sale e pepe, poi versate il vino sul fondo.
- Mettete la pirofila in forno già caldo a 180°C e lasciate cuocere in forno statico per 25-30 minuti, finché la superficie del pollo sarà dorata e croccante. Ogni tanto bagnateli con il liquido prodotto, quindi controllate la cottura bucando il punto più spesso di un petto: se il liquido che esce è chiaro, sarà cotto, se fosse ancora rosato lasciatelo altri 5-10 minuti circa.
- Mentre il pollo cuoce, preparate il contorno. Fate bollire 3-4 dita di acqua in una pentola alta e stretta. Mondate gli asparagi con cura, eliminando la parte più chiara del gambo (dovranno risultare più bassi dell'altezza della pentola), poi lavateli bene. Appena l'acqua bolle inseriteli nella pentola per ritto, con le punte in alto, in modo che solo una piccola parte del gambo resti immersa; mettete il coperchio e poi lessateli per circa 10 minuti. Scolateli e fateli intiepidire.
- Sfornate i petti di pollo e serviteli subito, accompagnandoli con gli asparagi.

Carla Marchetti