



CARNE

Straccetti di pollo in crema di piselli



4 PORZIONI



DIFFICOLTÀ



COSTO



TEMPO DI PREPARAZIONE

20 MIN



TEMPO DI COTTURA

35 MIN



CALORIE

500K

NOTE

INGREDIENTI

800 g di Petti di pollo

600 g di Piselli freschi da sgranare

2 Scalogni

30 g di Farina 0

10 cl di Vino bianco secco

200 ml di Brodo vegetale

4 cucchiaini di Olio extravergine di oliva

Sale

Pepe

Preparazione

- Sgranate i piselli, sciacquateli e scottateli in poca poca acqua bollente leggermente salata per circa 6-7 minuti. Intanto tritate finemente lo scalogno.
- Una volta cotti, scolate i piselli, versatene la metà nel mixer e frullateli aggiungendo il brodo vegetale (regolatevi in modo da ottenere una crema morbida).
- Tagliate il pollo a listarelle e infarinatele, scuotendole in modo da eliminare la farina in eccesso.
- In un tegame fate appassire lo scalogno tritato con un fondo d'olio, unitevi il pollo e, non appena avrà cambiato colore da tutti i lati, bagnate con il vino. Fate evaporare l'alcol a fiamma vivace e salate, quindi unite i piselli lasciati interi e fate

cuocere per 3-4 minuti.

- A questo punto unite anche la crema di piselli e una spolverata di pepe. Lasciate amalgamare il tutto per 2 minuti prima di servire.

Lia Pisano