

SECONDI PIATTI

# Insalata di pollo esotica

di: *Cookaround*

---

LUOGO: *Asia / India*

DOSI PER: *4 persone*    DIFFICOLTÀ: *bassa*    PREPARAZIONE: *20 min*    COTTURA: *20 min*    COSTO: *basso*

REPERIBILITÀ ALIMENTI: *facile*

---



L'**insalata di pollo esotica** è un piatto molto gustoso che per natura, sapore e profumo vi ricorderà la spiaggia e le passeggiate estive.

Il suo essere esotica viene dal fatto che al pollo si abbina l'ananas, che come sappiamo bene sta benissimo con la carne. In questo caso l'unione di questi due ingredienti dà vita ad un piatto molto buono, dalle note fresche che può essere tranquillamente servito ad una cena estiva, magari proprio con gli amici al mare.

Provate la ricetta del pollo esotico e se amate come noi il mix frutta/carne vi invitiamo a realizzare

anche l'arrosto di [maiale con l'ananas](#) un secondo piatto gustoso e prelibato che di certo vi farà fare un figurone a tavola. La ricetta che vi abbiamo proposto è molto semplice da fare, ma qualora aveste dubbi o perplessità, potete lasciare le vostre domande nel box dei commenti.

## INGREDIENTI

POLLO disossato - 750 gr

ANANAS 210 gr

MAIONESE 200 gr

MIELE 100 gr

PANNA 50 gr

LIMONE 50 gr

SALE 10 gr

MOSTARDA 10 gr

PEPE BIANCO 10 gr

LATTUGA 4 foglie

## PREPARAZIONE

- 1 Quando volete realizzare la ricetta del pollo esotico, lessate il pollo in una pentola capiente, ricolma di acqua salata e dopo averlo cotto e fatto raffreddare, tagliatelo a pezzi. Potete tagliarlo sia a cubotti che a striscioline.



**2** Tagliate le fette di ananas e miscelatele con la maionese in una ciotola.



**3** Incorporate il limone, il miele, la panna e la pasta di mostarda.





4 Condite con il composto appena realizzato il pollo in pezzi. Mescolate accuratamente.



**5** Per impiattare, disponete sul piatto da portata le foglie di lattuga e distribuitevi sopra l'insalata di pollo.

Servite il piatto freddo.

**CONSIGLIO**