

SECONDI PIATTI

Bastoncini di pollo croccanti

di: *grilloand*

LUOGO: *Europa / Italia*

DOSI PER: *4 persone* DIFFICOLTÀ: *bassa* PREPARAZIONE: *20 min* COTTURA: *30 min* COSTO: *basso*

REPERIBILITÀ ALIMENTI: *facile*



Bastoncini di pollo croccanti e direi anche molto aromatici ma senza frittura. Un modo furbissimo per rendere del petto di pollo molto gustoso: panarlo con della focaccia tritata insieme ai pomodorini sottolio e poi passarlo in forno!

INGREDIENTI

PETTO DI POLLO 1
POMODORI SOTT'OLIO 8
FOCACCIA GENOVESE RAFFERMA
ORIGANO
FORMAGGIO GRATTUGIATO
LIMONE 1
VINO BIANCO 100 ml
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)
ROSMARINO

PREPARAZIONE

1 Tagliamo il pollo a strisce regolari e mettiamolo a marinare con il succo del limone, il vino,

un giro d'olio ed il rosmarino. Copriamo e lasciamo riposare per un'ora.



- 2 Tritiamo la focaccia con i pomodorini, aggiungiamo il formaggio e l'origano. Separiamo il tuorlo dall'albume e teniamo quest'ultimo. Scoliamo ed asciughiamo il pollo ed impaniamolo passandolo prima nel bianco d'uovo e poi nella panatura.





- 3 Disponiamo i bastoncini su una placca da forno, condiamo con olio ed inforniamo a 180°C per circa mezz'ora.

