

SECONDI PIATTI

Bocconcini di pollo, broccoli e zafferano

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#)

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [bassa](#) PREPARAZIONE: [25 min](#) COTTURA: [35 min](#) COSTO: [basso](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [molto facile](#)



Se sei alla ricerca di un piatto semplice ma gustoso, una combo di sapori delicati autunnali e particolari, i **bocconcini di petto di pollo con broccoli e zafferano** sono la soluzione che fa per te.

I bocconcini di petto di pollo, broccoli e zafferano, sono una **ricetta facile e veloce**, che richiede **pochi ingredienti** e che ti regalerà un **risultato cremoso e profumato**. I bocconcini di pollo vengono rosolati con la **cipolla** e poi cotti in una salsa a base di **panna e zafferano**, che li rende morbidi e succosi. Il **broccolo**, invece, viene sbollentato e poi aggiunto al condimento, per dare **un tocco di colore e di croccantezza**

al piatto.

Questa ricetta è perfetta per un pranzo o una cena in famiglia, **da servire con del pane croccante o del riso basmati.**

Guarda la nostra ricetta con passo passo per preparare i bocconcini di petto di pollo con broccoli e zafferano in poche e semplici mosse.

Ecco altri [secondi piatti di pollo](#) veloci che potrebbero piacerti:

[Involtini di petto di pollo al vino](#)

[Pollo alla diavola](#)

[Friccò di Gubbio](#)

[Pollo con i peperoni](#)

[Petto di pollo al limone](#)

INGREDIENTI

PETTO DI POLLO 400 gr

BROCCOLI 1

CIPOLLA piccola - 1

VINO BIANCO 1 bicchierino

ZAFFERANO 1 bustina

PANNA DA CUCINA 150 gr

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4
cucchiaini da tavola

SALE

PEPE

PREPARAZIONE

- 1** Taglia il petto di pollo a bocconcini di circa 2-3 cm. Lava e pulisci il broccolo eliminando le foglie e il gambo più duro. Dividi il broccolo in cimette e sbollentale in acqua salata per 5 minuti. Scola e tieni da parte.
- 2** Sbuccia e trita finemente la cipolla. Scalda l'olio in una padella capiente e rosola la cipolla a fuoco medio-basso, mescolando di tanto in tanto, fino a che non diventa trasparente. Aggiungi i bocconcini di pollo e alza il fuoco. Fai dorare i bocconcini di pollo da tutti i lati, salando a piacere.
- 3** Sfuma con il vino bianco e lascia evaporare. Abbassa il fuoco e aggiungi lo zafferano, sciogliendolo nel sugo di cottura. Aggiungi la panna e mescola bene. Lascia cuocere per 15-20 minuti, o fino a quando il pollo è tenero e il sugo si è addensato.

- 4 Aggiungi le cimette di broccolo e falle insaporire nel condimento per qualche minuto. Se necessario, aggiusta di sale.
- 5 Servi i bocconcini di petto di pollo con broccoli e zafferano ben caldi, accompagnati da del pane croccante o del riso basmati precedentemente lessato in acqua leggermente salata.