

SECONDI PIATTI

Bocconcini di pollo estivi

LUOGO: **Europa / Italia**

DOSI PER: **4 persone** DIFFICOLTÀ: **bassa** PREPARAZIONE: **35 min** COTTURA: **35 min** COSTO: **basso**

REPERIBILITÀ ALIMENTI: **media**

NOTE: + *30 MINUTI DI RIPOSO*



INGREDIENTI

- 16 pomodori pachino
- 4 fette di petto di pollo
- 4 zucchine tonde
- 16 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- poco aceto di mele
- 1 cucchiaino di prezzemolo tritato
- 4 cucchiaini di pangrattato
- 3-4 cucchiaini di grana grattugiato
- 3-4 cucchiaini di glassa di aceto balsamico
- limone
- pepe.

PREPARAZIONE

1 Tagliare in 4 i pomodorini (togliete anche le bucce se preferite).



2 Tagliare a cubetti il pollo.



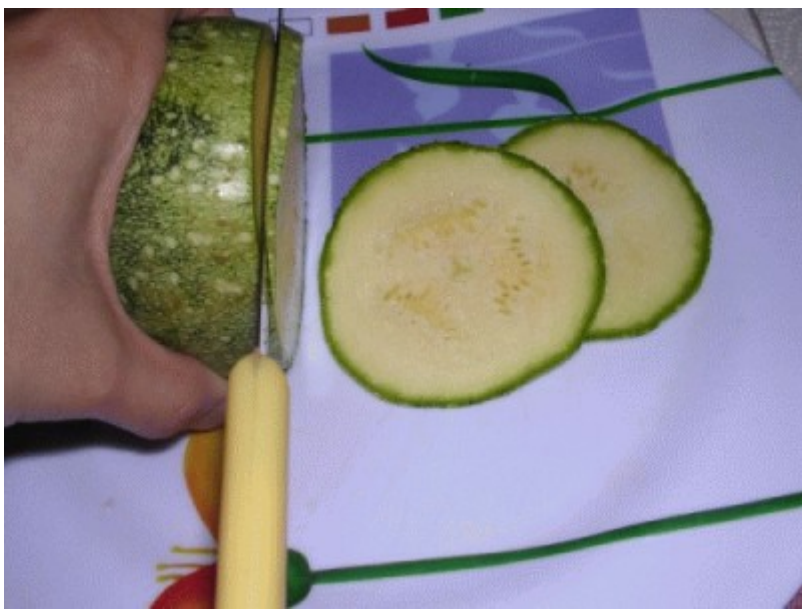
3 In una pirofila mescolare il pollo, i pomodorini, 8 cucchiai di olio, il prezzemolo, 4 cucchiai di acqua e del pepe.



4 Coprite con il pangrattato ed infornate a 180°C per 20 minuti.



5 Tagliare a fette sottili le zucchine.



6 Grigliatele.



- 7 In una ciotola mescolare 8 cucchiaini di olio, 8 cucchiaini di aceto, 4 cucchiaini di succo di limone, 8 cucchiaini di acqua e pepe.



- 8 Mettete questa emulsione sopra le zucchine e lasciate marinare almeno 30 minuti.



- 9 Disponete le zucchine sopra 4 piatti e servite con i bocconcini di pollo.



10 Decorate con la glassa.

