

SECONDI PIATTI

## Insalata di pollo feta e ricca di verdure

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

DOSI PER: [4 persone](#)    DIFFICOLTÀ: [media](#)    COSTO: [basso](#)    REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)



### INGREDIENTI

rucola  
songino  
spinaci baby  
lollo rosso  
lollo verde e romana; cipollotti  
carota  
funghetti  
peperoni rossi  
pomodorini ciliega  
formaggio feta a cubetti e petto di pollo  
grigliato tagliato a fettine

Ecco per voi la ricetta dell'**insalata di pollo** feta e ricca di verdure. Un piatto unico molto gustoso e molto più ricco di una semplice insalata, adatto a chi ha voglia di gustare qualcosa di buono e particolare che non sia troppo elaborato. La ricetta è facilissima, ed è anche un'ottima scelta per il pranzo in ufficio. Provate questa versione che vi consentirà anche di riciclare magari del pollo avanzato in frigorifero che non sapete come utilizzare.

Se amate questo genere di piatti poi, vi consigliamo di provare anche il [salmone in insalata](#): ottimo!

## PREPARAZIONE

- 1 Quando volete realizzare l'insalata di pollo feta e ricca di verdure, cercate di avere già tutti gli ingredienti sotto mano in modo da averli subito a disposizione. Anche se le foto in successione non sono chiarissime, il gusto di quest'insalata! Preparate la rucola, songino, spinaci baby, lollo rosso, lollo verde e romana; cipollotti, carota, funghetti, peperoni rossi, pomodorini ciliegia, formaggio feta a cubetti e petto di pollo grigliato tagliato a fettine. Una spolverata di erba cipollina, olio extra, sale e aceto balsamico.



- 2 Mettete tutto in una ciotola, e mescolate.



**3** Si può mangiare direttamente dalla ciotola!

## CONSIGLIO

**Quanto tempo si conserva?**

Di certo in frigorifero si conserva per 4/5 ore, all'interno di un contenitore per alimenti.

**Posso anche utilizzare del pollo arrosto avanzato?**

Certo, sfilettalo per bene, sarà buonissima!

**Non ho trovato il songino, con cosa posso sostituire?**

Va bene anche della semplice lattuga.