

SECONDI PIATTI

# Insalata pollo e gorgonzola

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone    DIFFICOLTÀ: bassa    PREPARAZIONE: 10 min    COTTURA: 10 min    COSTO: basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



## INGREDIENTI

PETTO DI POLLO in fette - 600 gr

INSALATA MISTA

GORGONZOLA 150 gr

NOCI gherigli - 150 gr

SENAPE IN POLVERE 2 cucchiaini da tè

LIME 1

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

SALE

L'insalata pollo e gorgonzola è un piatto particolare, chi di voi avrebbe mai pensato che il gorgonzola si accosta alla perfezione con il petto di pollo cotto alla piastra? L'insalata pollo e gorgonzola è quasi una contraddizione in termini, il pollo alla piastra che è simbolo e alimento base di qualsiasi dieta arricchito, però, da dei bei tocconi di gorgonzola, il tutto contornato dall'innocua insalata. Sicuramente se non proprio dietetica l'insalata pollo e gorgonzola è sicuramente un'insalata diversa, fresca e gustosa.

Provatela!

# PREPARAZIONE

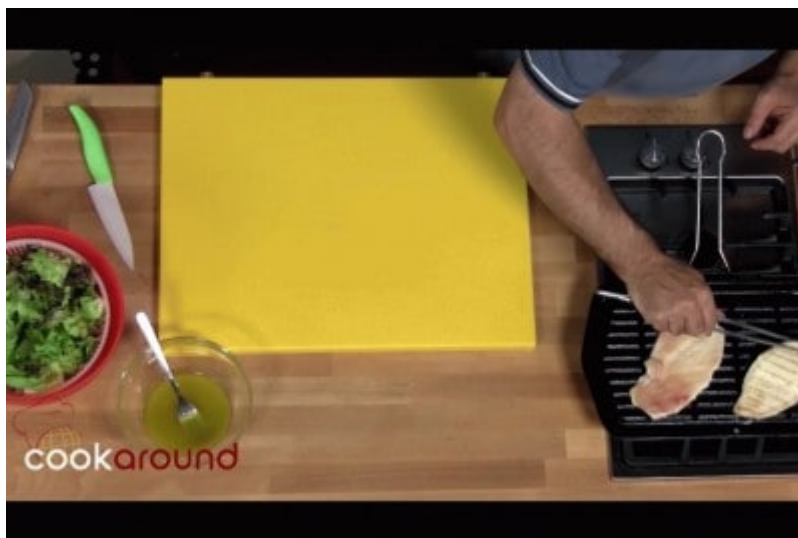
- 1 Fate scaldare molto bene una griglia in ghisa e grigliate le fette di pollo.



- 2 Mentre il pollo si cuoce, emulsionate molto bene in una ciotola l'olio insieme alla senape in polvere ed al succo di lime.



- 3 Girate il pollo in modo che si grigli uniformemente anche sull'altro lato.



- 4 In una ciotola piuttosto capiente, riunite l'insalata mista, le noci ed il gorgonzola tagliato a pezzetti, lasciandone qualcuno per la decorazione finale.



5 Condite l'insalata con l'emulsione di olio, lime e senape preparata in precedenza.



6 Disponete l'insalata nel piatto da portata.

Scaloppate le fettine di pollo e adagiatele sul letto d'insalata, salate il tutto adeguatamente.



- 7 Ultimate il piatto con i pezzettini di gorgonzola tenuti da parte e portate il piatto in tavola.



## NOTE

Secondo una leggenda l'origine del Gorgonzola pare sia legata ad un giovane casaro che, attardandosi una sera con una bella fanciulla dimenticò una cagliata in fondo alla caldaia. Il giorno dopo, per rimediare alla propria disattenzione e non buttare la cagliata, unì del latte fresco di quella mattina. Qualche mese più tardi, terminata la stagionatura, si accorse che quella forma di formaggio aveva la pasta venata di muffa. Ma la sorpresa fu grande quando, assaggiandolo, scoprì di aver prodotto accidentalmente un formaggio dal sapore eccellente mai ottenuto prima! In pratica, scoprì che due cagliate prodotte a distanza di qualche ora una dall'altra, non amalgamandosi bene a causa di un processo di acidificazione già avviato in quella più vecchia, danno origine a degli interstizi nella pasta in cui poi naturalmente si vanno a sviluppare le muffe dell'erborinatura che caratterizzano appunto il Gorgonzola.