

SECONDI PIATTI

Petti di pollo con sesamo

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: molto bassa COSTO: basso REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile



INGREDIENTI

Petti di pollo q.b
semi di sesamo
sale.

PREPARAZIONE

- 1 Preparare in una terrina i semi di sesamo con il sale, in base a quanti petti di pollo si cucinano, impanare i petti di pollo con i semi.

Riscaldare una pentola anti aderente e cucinare i petti di pollo. Alla fine se si vuole un filo d'olio extra vergine o limone. Molto semplici da fare e buonissimi!!