

SECONDI PIATTI

## Petti di pollo limone, aglio e origano

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone    DIFFICOLTÀ: media    COSTO: basso    REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



### INGREDIENTI

4 filetti (mezzi petti) di pollo  
3-4 cucchiaini di succo di limone  
40-50 g di burro  
2 spicchi d'aglio (volendo  
anche 3)  
1 cucchiaino raso di amido di mais  
(Maizena)  
3 cucchiaini di brodo (o acqua) freddo  
1 cucchiaino colmo di origano  
1/2 cucchiaino scarso di curcuma  
(facoltativa e giusto per il colore)  
pepe bianco  
sale

### PREPARAZIONE

**1** Dividete orizzontalmente i filetti per ricavare da ciascuno due scaloppe. Battetele solo un poco, salate e pepate a gusto, adagiatele su un piatto, bagnatele con il succo di limone, aggiungete l'aglio tagliato a fettine, per il lungo. Lasciate marinare in frigorifero per 1-2 ore, rigirandole 3-4 volte.

In un'ampia padella fate fondere il burro e, quando non spumeggia più, allineatevi le scaloppe ben sgocciolate. Fatele rosolare su fiamma vivace, 2 minuti o poco più per parte. Stemperate l'amido di mais nel brodo freddo, aggiungete la marinata (fettine d'aglio comprese) e l'origano. Versate il miscuglio sulle scaloppe e fatele cuocere su fiamma moderata per altri 2-3 minuti, mescolando e rigirando le scaloppe e, volendo, spolverizzando con la curcuma.

L'origano può essere sostituito con maggiorana fresca, tritata, in dose un filo più abbondante.