

SECONDI PIATTI

Petto di pollo al timo

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa PREPARAZIONE: 10 min COTTURA: 25 min COSTO: basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



INGREDIENTI

PETTO DI POLLO da 120 g - 4

TIMO 1 mazzetto

SPICCHIO DI AGLIO 4

LIMONE 1

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)

SALE

PEPE NERO

PREPARAZIONE

- 1 Preparete una salsa con il succo di limone, l'aglio sbucciato e il timo e fate macerare per circa 10 minuti.



2 Battete i petti di pollo con un batticarne, salateli, pepateli e distribuitevi sopra la salsa, piegare a portafoglio e fermarli con uno stecchino.





3 Infornare per 25 minuti circa a 170° e servirli caldi.