

SECONDI PIATTI

## Pollo al parmigiano e pangrattato

---

LUOGO: Europa / Italia

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

---



### INGREDIENTI

cosce e sovracosce di pollo a seconda del numero di commensali  
parmigiano grattugiato  
pangrattato  
succo di limone  
aglio  
sale  
pepe  
prezzemolo  
olio extravergine d'oliva.

### PREPARAZIONE

- 1 Mettere il pollo a marinare, è importante che stia in un unico strato, salarlo per bene, irrorare con abbondante succo di limone, prezzemolo tritato, pepe, aglio tritato finemente, olio. Infine sopra ad ogni pezzo, mettere del parmigiano grattugiato e lasciarlo tutto in frigorifero per alcune ore.



- 2 Al momento di cuocerlo, rimuovere delicatamente i pezzi di pollo dalla marinata senza girarli in modo da conservare la panatura di formaggio e metterli in una teglia versandoci sopra la marinata stessa.



- 3 Sopra il formaggio, spargere un bello strato di pangrattato, premere un po' con le dita e mettere ancora un filo d'olio ed un pizzico di sale.



- 4 Coprire con alluminio e mettere in forno a 190°C, dopo circa 15 minuti togliere l'alluminio e continuare a cuocere finchè risulterà bello dorato, ci vorranno altri 30 minuti circa. Ed eccolo pronto servito con chips di patata.

