

SECONDI PIATTI

## Pollo all'olio di sesamo

---

LUOGO: *Asia / Cina*

DOSI PER: *4 persone*    DIFFICOLTÀ: *bassa*    PREPARAZIONE: *10 min*    COTTURA: *3 min*    COSTO: *basso*

REPERIBILITÀ ALIMENTI: *media*

---



### INGREDIENTI

POLLO disossato - 1  
CIPOLLOTTI (verdi) - 4  
SHERRY secco - 2 cucchiai da tavola  
OLIO DI SESAMO 2 cucchiai da tavola  
OLIO DI SEMI  
SALE  
PEPE BIANCO

### PREPARAZIONE

**1** Fate scaldare dell'olio di semi in una padella a fuoco vivace.

Quando l'olio sarà ben caldo unitevi il pollo tagliato a piccoli pezzi e fatevelo rosolare per un paio di minuti, quindi rimuovetelo dalla padella.



**2** Salate e pepate il pollo adeguatamente.

Fate rosolare molto velocemente (circa 30 secondi), nella stessa padella e nello stesso olio usato per il pollo, i cipollotti tagliati per il lungo.

Unite, a questo punto, alla padella il pollo messo da parte e lo sherry; mescolate e fate cuocere per altri 30 secondi circa.



**3** Aggiungete, quindi, l'olio di sesamo, mescolate per circa 20 secondi e portate in tavola immediatamente.

