

SECONDI PIATTI

Pollo fritto impanato con le noci

LUOGO: *Asia / Cina*

DOSI PER: *4 persone* DIFFICOLTÀ: *bassa* PREPARAZIONE: *10 min* COTTURA: *1 min* COSTO: *medio*

REPERIBILITÀ ALIMENTI: *facile*

NOTE: + *10 DI MARINATURA*



INGREDIENTI

PETTO DI POLLO tagliato a strisce - 350 gr

GHERIGLI DI NOCI 100 gr

ALBUME 1

SALE ½ cucchiaini da tè

VINO BIANCO 1 cucchiaino da tavola

FARINA 2 cucchiaini da tavola

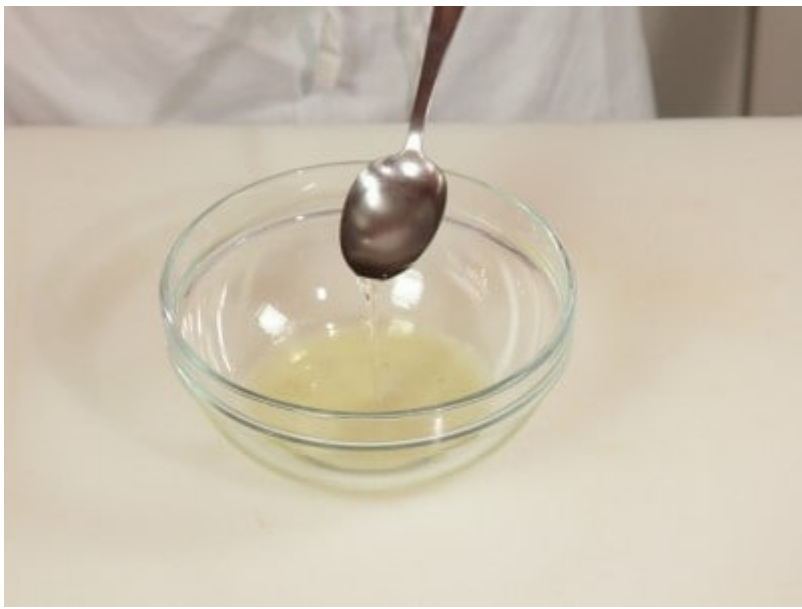
OLIO VEGETALE 300 ml

SALE 1 cucchiaino da tè

PEPE BIANCO appena macinato - 1
cucchiaino da tè

PREPARAZIONE

1 Miscelate l'albume, il sale, il vino e la farina di grano.



- 2 Trasferite il pollo nel composto di albume e farina e lasciatevelo marinare per circa 10 minuti.



- 3 Nel frattempo, scottate le noci in acqua bollente per 10 minuti, quindi tritatele finemente o macinatele in un mixer.





- 4 Passate le strisce di pollo nelle noci tritate, fate in modo che il pollo risulti ben coperto dalle noci.



- 5 Scaldate l'olio nel wok fino a che inizia a fumare e friggetevi il pollo per circa un minuto o fino a doratura.



6 Scolate il pollo dall'olio e fatelo asciugare su di un foglio di carta assorbente.

Servite il pollo fritto su di un letto di lattuga, condito con una miscela di sale e pepe bianco.