

SECONDI PIATTI

Pollo marinato e grigliato

di: *Cookaround*

LUOGO: *Asia / Giappone*

DOSI PER: *4 persone* DIFFICOLTÀ: *bassa* PREPARAZIONE: *10 min* COTTURA: *8 min* COSTO: *medio*

REPERIBILITÀ ALIMENTI: *media*

NOTE: + 30 MINUTI DI MARINATURA

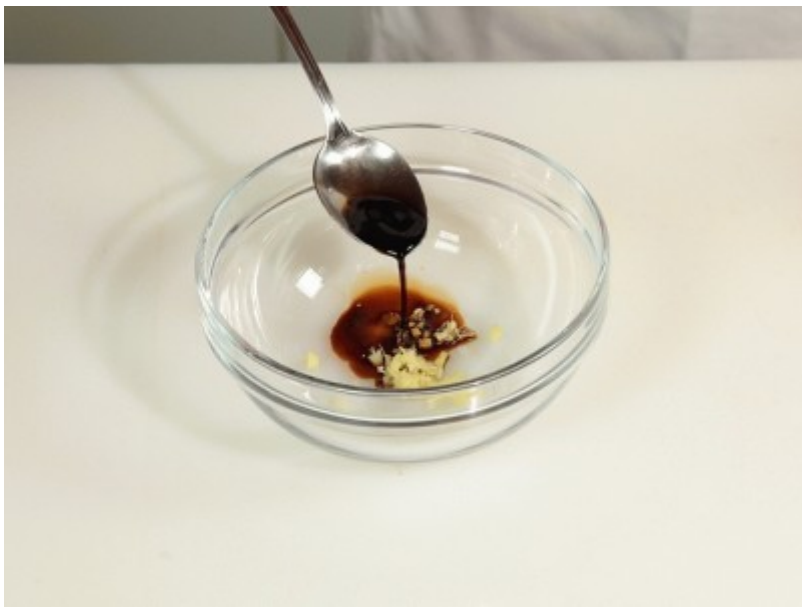


INGREDIENTI

PETTO DI POLLO 500 gr
SALSA DI SOIA (SHOYU) 3 cucchiaini da tavola
ZENZERO grattugiato - ½ cucchiaini da tè
MIRIN (SAKÉ DOLCE) 2 cucchiaini da tavola
MAIZENA 2 cucchiaini da tavola
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 2 cucchiaini da tavola

PREPARAZIONE

- 1 Mescolate la salsa di soia, lo zenzero e il mirin e versate il composto sul pollo tagliato in 4-6 pezzi.



2 Marinate per mezz'ora.

Sgocciolate il pollo, asciugatelo e passatelo nella maizena, premendo con i palmi delle mani affinché questa aderisca bene.



3 Cuocete il pollo al forno con il grill acceso. Scaldate l'olio nella placca da forno, adagiatevi il pollo, cuocetelo per 3 minuti da una parte.



4 Voltatelo, aggiungete la salsa, cuocete altri 3 minuti; di nuovo voltate il pollo, di nuovo bagnate con la salsa, cuocete 2 minuti ancora.



- 5 Passate il pollo su un pezzo di carta assorbente, asciugatelo in fretta e tagliatelo in pezzi piccoli e molto sottili. Servite subito accompagnando con pomodoro affettato e sedano tagliato a filettini.