

SECONDI PIATTI

Polpette di pollo e peperoni

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa PREPARAZIONE: 20 min COTTURA: 20 min COSTO: basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



INGREDIENTI

350-400 g di petto di pollo
2 peperoni
3 cucchiaini di olio extravergine di oliva
mezzo bicchiere di vino bianco
7-8 cucchiaini di salsa
sale e pepe.

PREPARAZIONE

1 Nel mixer frullare il petto di pollo.



2 Lavate i peperoni e frullateli.



3 In una ciotola mescolare il pollo, il peperone, sale e pepe.

Con il composto che ricavate formate delle polpette.



4 Trasferite le polpette in una teglia con l'olio, il vino e la salsa.



5 Infornate a 200°C per circa 20 minuti.

