

ANTIPASTI E SNACK

Sandwich con pollo e salsa al curry

LUOGO: **Europa / Italia**

DOSI PER: **4 persone** DIFFICOLTÀ: **bassa** PREPARAZIONE: **5 min** COTTURA: **10 min** COSTO: **basso**

REPERIBILITÀ ALIMENTI: **facile**



Un sandwich con pollo e salsa al curry per spezzare la fame a metà mattina o metà pomeriggio: in versione mini sono perfetti per buffet e aperitivo ma sono anche una ottima variante per il work food di ogni giorno!

Fare un buon panino a casa non è assolutamente difficile, farlo particolare ancora meno. In pochi passaggi e seguendo i nostri consigli riuscirete in meno che non si dica ad essere virtualmente proiettati nel vostro pub preferito. La salsa al curry abbinata alla carne bianca di pollo renderà il vostro sandwich gustoso e davvero irresistibile. Che ne dite di realizzare subito questa ricetta sfiziosa?

Provate questa versione e se amate questo genere di proposte vi invitiamo a provare anche queste altre ricette di panini con il pollo assolutamente golosissime:

[panino con pollo scamorza e senape](#)

[panino con pollo e salsa piccante](#)

[panino con pollo avocado e salsa rosa](#)

INGREDIENTI

BAGUETTE 2

PETTO DI POLLO 600 gr

POMODORI 2

CUORE DI LATTUGA

SALE

PEPE NERO

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)

INGREDIENTI PER LA SALSA AL CURRY

OLIO DI SEMI 220 gr

UOVO 1

SALE

ACETO 1 cucchiaino da tavola

CURRY 2 cucchiaini da tavola

PREPARAZIONE

- 1 Quando volete realizzare la ricetta del sandwich di pollo per prima cosa unite all'olio, l'uovo, l'aceto il sale ed il curry e frullate con il minipimer fino a ottenere la densità di una salsa come la maionese.





2

Fatto ciò tagliate i pomodori a fette.



3 Cuocete il petto di pollo ripulito da ossicina grasso e cartilagine diviso a metà in padella con un giro di olio per circa 6-7 minuti fuoco medio.

Una volta cotto bene, toglietelo dalla padella e tagliatelo a fette.







4 A questo punto tagliate le baguette a metà e aggiungete i cuori di lattuga il pomodoro, poco sale il pollo a fette sale e pepe e la salsa al curry chiudere il panino e servite subito.







