

SECONDI PIATTI

Bocconcini di pollo Tex Mex

di: *Barbie72*

LUOGO: **Europa / Italia**

DOSI PER: **4 persone** DIFFICOLTÀ: **bassa** PREPARAZIONE: **10 min** COTTURA: **20 min** COSTO: **basso**

REPERIBILITÀ ALIMENTI: **facile**



INGREDIENTI

500 g di petto di pollo intero
1 peperone rosso
3 cucchiaini di olio extravergine di oliva
4 cucchiaini di Ketchup
paprika dolce
peperoncino
prezzemolo
sale.

PER ACCOMPAGNARE

riso pilaf.

PREPARAZIONE

1 Per prima cosa pulite il petto di pollo dalle parti grasse e dagli ossicini e tagliatelo a

bocconcini.



2 Mettete in una pirofila da forno, in un solo strato.

Per la salsa, pulite il peperone, tagliatelo a pezzetti e mettetelo nel mixer con la paprica, il ketchup, l'olio e quanto peperoncino volete.



- 3 Fate andare il mixer per ottenere una salsina (non fa niente se è un po' grumosa, va bendo stesso!!). Versate la salsa sul pollo. Se avete tempo lasciate il pollo a marinare nella salsa.



- 4 Salate il piatto e mettete in forno a 200°C per 15-20 minuti; nel frattempo preparate il riso.



- 5 Servite con il riso pilaf.