

SECONDI PIATTI

Couscous con pollo, patate e zenzero

di: *Lella'81*

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 2 persone DIFFICOLTÀ: bassa COSTO: basso REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



INGREDIENTI

2 fettine di petto di pollo
2 patate lesse
1 pezzetto di zenzero
del brodo vegetale
2 cucchiari di passata di pomodoro oppure
polpa o pelati schiacciati
150 g di couscous
sale
paprika piccante.

PREPARAZIONE

1 Iniziamo con la preparazione: ho tagliato il petto di pollo a pezzetti non troppo grandi.



2 Li ho messi a cuocere senza aggiungere niente in una padella antiaderente.



3 Ho tagliato anche lo zenzero.



4 Appena il petto di pollo ha preso colore ho messo in pentola anche le patate lesse tagliate a cubetti e lo zenzero.



5 Ho aggiunto il pomodoro e poco sale.



6 Un mestolo di brodo.



7 Ho portato a cottura.



8 Nel frattempo ho preparato il couscous come indicato sulla confezione, poi l'ho sgranato con una forchetta, messo in pentola insieme al condimento, in più un cucchiaio di olio extravergine d'oliva e ho mescolato il tutto.



9 Dopo aver impiattato ho spolverato con un pizzico di paprika.