

SECONDI PIATTI

Insalata pollo e gorgonzola

di: *Cookaround*

LUOGO: **Europa / Italia**

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

REPERIBILITÀ ALIMENTI: **facile**



L'insalata pollo e gorgonzola è un piatto particolare, chi di voi avrebbe mai pensato che il gorgonzola si accosta alla perfezione con il petto di pollo cotto alla piastra? L'insalata pollo e gorgonzola è quasi una contraddizione in termini, il pollo alla piastra che è simbolo e alimento base di qualsiasi dieta arricchito, però, da dei bei tocconi di gorgonzola, il tutto contornato dall'innocua insalata. Sicuramente se non proprio dietetica l'insalata pollo e gorgonzola è sicuramente un'insalata diversa, fresca e gustosa. Provatela!

INGREDIENTI

PETTO DI POLLO in fette - 600 gr

INSALATA MISTA

GORGONZOLA 150 gr

NOCI gherigli - 150 gr

SENAPE IN POLVERE 2 cucchiaini da tè

LIME 1

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4
cucchiaini da tavola

SALE

PREPARAZIONE

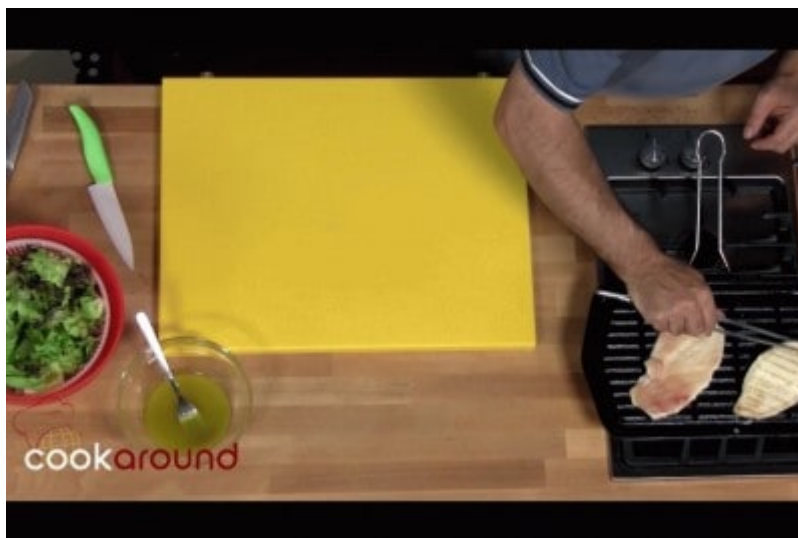
- 1 Fate scaldare molto bene una griglia in ghisa e grigliate le fette di pollo.



- 2 Mentre il pollo si cuoce, emulsionate molto bene in una ciotola l'olio insieme alla senape in polvere ed al succo di lime.



- 3 Girate il pollo in modo che si grigli uniformemente anche sull'altro lato.



- 4 In una ciotola piuttosto capiente, riunite l'insalata mista, le noci ed il gorgonzola tagliato a pezzetti, lasciandone qualcuno per la decorazione finale.



5 Condite l'insalata con l'emulsione di olio, lime e senape preparata in precedenza.



6 Disponete l'insalata nel piatto da portata.

Scaloppate le fettine di pollo e adagiatele sul letto d'insalata, salate il tutto adeguatamente.



- 7 Ultimate il piatto con i pezzettini di gorgonzola tenuti da parte e portate il piatto in tavola.



NOTE