

SECONDI PIATTI

# Petti di pollo in crema di zucchine

---

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone    DIFFICOLTÀ: bassa    PREPARAZIONE: 15 min    COTTURA: 35 min    COSTO: basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile

---



Voglia di un secondo facile e perfetto per tutta la famiglia?? Vi proponiamo un piatto di carne bianca: petti di pollo in crema di zucchine, un piatto semplice e delicato, ideale per un pranzetto facile e gustoso che metta d'accordo tutti! La ricetta è davvero semplice e soprattutto economica, le zucchine soprattutto quando di stagione sono davvero ottime e si sposano benissimo con la carne bianca, esaltando il sapore e conferendo ad essa ulteriore morbidezza. Provate questa ricetta e se amate questo genere di proposte, vi lasciamo anche un'altra proposta, [involtini di pollo con asparagi](#), anche questo un bel piatto da fare e rifare tante volte!

## INGREDIENTI

ZUCCHINE 120 gr  
PETTO DI POLLO 480 gr  
PANNA FRESCA 100 gr  
SCALOGNO 1  
BURRO 50 gr  
FARINA  
VINO BIANCO SECCO 500 ml  
SALE  
PEPE NERO

## PREPARAZIONE

**1** Pulite e tagliate le zucchine a julienne.

Rosolate in padella lo scalogno con 25 g di burro, aggiungete, quindi, le zucchine e fatele cuocere per cinque minuti a fiamma viva fino a che diventino dorate. Regolate di sale.



**2** A questo punto aggiungete la panna e lasciate cuocere per 10 minuti a fiamma dolce.



**3** Tagliate il petto di pollo in bocconcini grandi quanto una noce, infarinateli e fateli rosolare in un'altra padella con il resto del burro, regolate di sale.



- 4 Sfumate con il vino e lasciate cuocere il tutto per 10 minuti a fiamma dolce a padella incoperchiata.



- 5** Nel frattempo, mettete da parte qualche pezzetto di zuccina per la decorazione e frullate il resto con l'aiuto di un frullatore ad immersione.

Unite il frullato di zucchine alla padella con il pollo e lasciate insaporire per qualche minuto; regolate nuovamente di sale e pepe.



- 6** Servite caldo decorando i piatti con i pezzetti di zucchine tentuti da parte.