

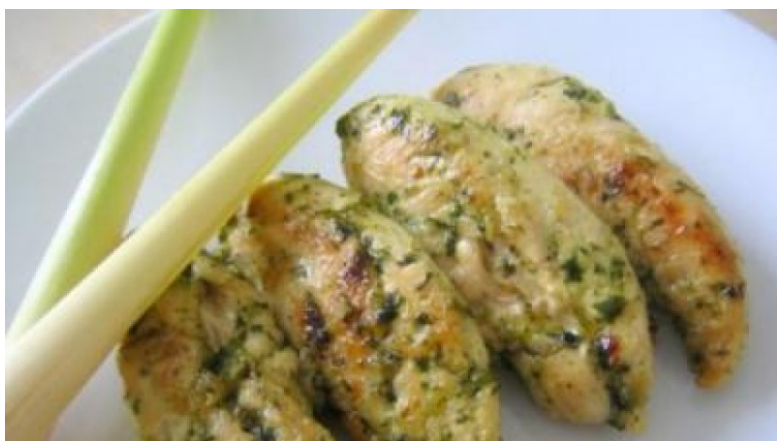
SECONDI PIATTI

# Pollo aromatico con coriandolo, zenzero e citronella

di: *Danda*

LUOGO: *Europa / Italia*

DOSI PER: *4 persone*    DIFFICOLTÀ: *media*    COSTO: *basso*    REPERIBILITÀ ALIMENTI: *media*



## INGREDIENTI

250 g di petti di pollo tagliati a strisciole spesse  
1 spicchio d'aglio  
un pezzetto da circa 3-4 cm di zenzero fresco  
un mazzetto di foglie di coriandolo fresco  
1 stecca di lemongrass (citronella o cymbopogon)  
3 cucchiai d'olio  
un cucchiaino di succo di limone  
un cucchiaino di miele  
sale.

# PREPARAZIONE

1 Ecco gli ingredienti per la realizzazione di questa ricetta.



2 Tagliare longitudinalmente la stecca di citronella, estrarre la parte centrale morbida e tritarla (la parte coriacea, profumatissima, si può conservare per aromatizzare un'altra preparazione ed è ottima per le tisane).



**3** Pulire lo zenzero e sbucciare lo spicchio d'aglio.



**4** Dare una frullata grossolana ad olio, succo di limone, coriandolo, zenzero, aglio, citronella più un pizzico di sale.



**5** Massaggiare con questo pesto la carne di pollo, coprire con pellicola trasparente e mettere in frigorifero a marinare per una mezz'ora.



- 6 Cuocere il pollo aromatizzato in padella, a cottura ultimata aggiungere un cucchiaino di miele e far glassare e rosolare per un altro minuto.



- 7 Servirlo ben caldo con un contorno semplice.



- 8 Come presentazione alternativa si può tagliare il pollo a cubetti e farne degli spiedini magari da cuocere sul barbecue - utilizzando come spiedo i gambi coriacei e legnosi di citronella.