

SECONDI PIATTI

## Pollo fritto impanato con le noci

di: *Cookaround*

LUOGO: *Asia / Cina*

DOSI PER: *4 persone*    DIFFICOLTÀ: *bassa*    PREPARAZIONE: *10 min*    COTTURA: *1 min*    COSTO: *medio*

REPERIBILITÀ ALIMENTI: *facile*

NOTE: + *10 DI MARINATURA*



### INGREDIENTI

PETTO DI POLLO tagliato a strisce - 350 gr

GHERIGLI DI NOCI 100 gr

ALBUME 1

SALE ½ cucchiaini da tè

VINO BIANCO 1 cucchiaio da tavola

FARINA 2 cucchiaini da tavola

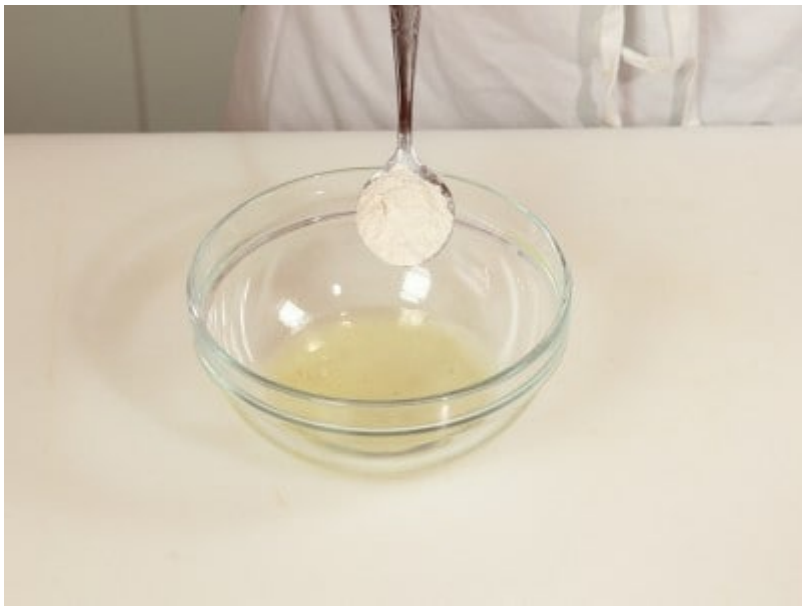
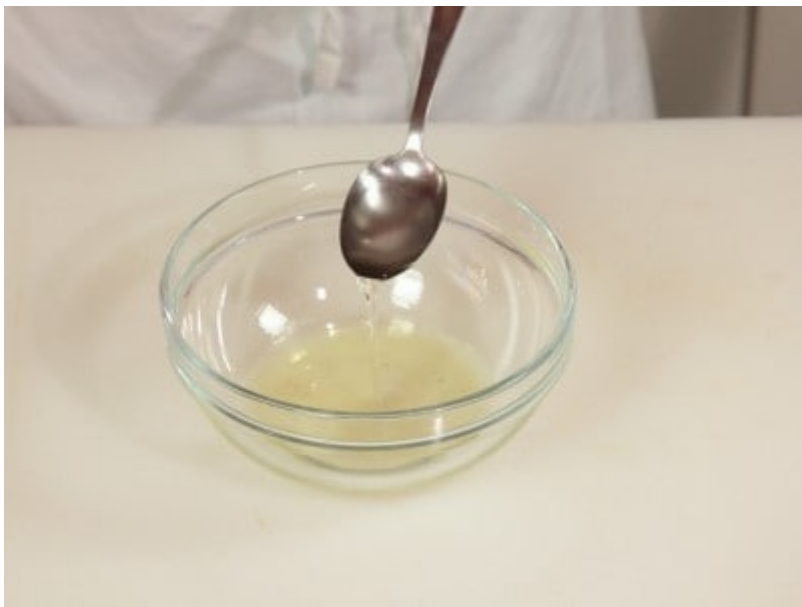
OLIO VEGETALE 300 ml

SALE 1 cucchiaio da tè

PEPE BIANCO appena macinato - 1 cucchiaio da tè

## Preparazione

**1** Miscelate l'albume, il sale, il vino e la farina di grano.



**2** Trasferite il pollo nel composto di albume e farina e lasciatevelo marinare per circa 10 minuti.



- 3** Nel frattempo, scottate le noci in acqua bollente per 10 minuti, quindi tritatele finemente o macinatele in un mixer.



- 4** Passate le strisce di pollo nelle noci tritate, fate in modo che il pollo risulti ben coperto dalle noci.



- 5** Scaldate l'olio nel wok fino a che inizia a fumare e friggetevi il pollo per circa un minuto o fino a doratura.



- 6** Scolate il pollo dall'olio e fatelo asciugare su di un foglio di carta assorbente.

Servite il pollo fritto su di un letto di lattuga, condito con una miscela di sale e pepe bianco.