

SECONDI PIATTI

Spiedini di pollo con insalata di mango

LUOGO: Europa / Italia

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



INGREDIENTI

Petto di pollo

lime

olio

sale

pepe

mango

cipolla rossa

prezzemolo.

PREPARAZIONE



2 Dopo aver tagliato il petto di pollo a listarelle, farlo marinare in olio e succo di lime per almeno mezz'ora.



3 Tagliare a cubetti il mango e tritare la cipolla





4 Riunire i cubetti in una ciotola e condirli con succo di lime, prezzemolo, sale e pepe.



5 Infilzare ora la carne sugli spiedini e metterla a cucinare sulla griglia.



6 Ho servito il tutto con un po' di tzaziki e del riso basmati.