

SECONDI PIATTI

Straccetti di Pollo al Limone e Rosmarino

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#)

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [bassa](#) PREPARAZIONE: [15 min](#) COTTURA: [15 min](#) COSTO: [basso](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [molto facile](#)



Sei alla ricerca di un secondo piatto che risolva la cena in pochi minuti senza rinunciare al gusto? Gli **straccetti di pollo al limone e rosmarino** sono la soluzione perfetta: una ricetta **cremosa e velocissima**, ideale per chi ha poco tempo ma vuole portare in tavola un piatto dal profumo mediterraneo irresistibile.

Il segreto per ottenere degli **straccetti di pollo morbidi** e mai asciutti sta tutto nella tecnica: oggi ti mostrerò come la **semola** possa fare la differenza rispetto alla classica farina, creando una crosticina

dorata che trattiene i succhi della carne. Se ami i sapori agrumati, questa preparazione diventerà il tuo "salvacena" preferito, proprio come il [pollo al curry veloce](#) o i classici [bocconcini di pollo con zucchini](#).

Preparare questi straccetti è semplicissimo e richiede pochissimi ingredienti che hai sicuramente già in frigo. È un'ottima alternativa al solito [petto di pollo al forno](#) o ai più impegnativi [involtini di petto di pollo al vino](#).

Se invece cerchi qualcosa di più sfizioso per i bambini, potresti provare i [nuggets di pollo in friggitrice ad aria](#), ma ti assicuro che la **cremosità al limone** di questa ricetta conquisterà tutti al primo assaggio. Sei pronto a spadellare? Seguimi in cucina!

COSA TI SERVE PER GLI STRACCETTI DI POLLO AL LIMONE E ROSMARINO

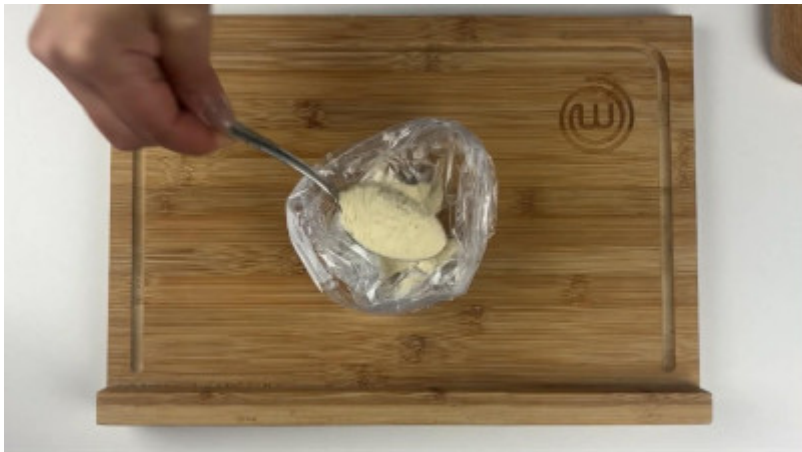
PETTO DI POLLO Tagliato a striscioline - 500 gr
SEMOLA 2 cucchiaini da tavola
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 20 gr
SALE
PEPE
ROSMARINO 1 rametto
SUCCO DI LIMONE 50 gr
LIMONE a fette per la decorazione - 1

COME FARE GLI STRACCETTI DI POLLO AL LIMONE IN PADELLA

- 1** Inizia la preparazione prendendo il **petto di pollo** e tagliandolo a strisce sottili e regolari, così da ricavare i tuoi **straccetti**.



2 Versa due cucchiaini di **semola** in un **sacchetto per alimenti**, aggiungi il pollo e agita con energia: in pochi secondi otterrai una **panatura uniforme** su ogni pezzetto senza sporcare nulla.





- 3 Lava con cura un **rametto di rosmarino** fresco, elimina la parte legnosa centrale e **tritalo finemente** al coltello per sprigionare tutto il suo aroma.



- 4 Versa l'olio extravergine d'oliva in una padella capiente e lascialo scaldare bene. Unisci gli straccetti di pollo e falli rosolare a fiamma vivace, mescolando spesso, finché non risulteranno perfettamente dorati in modo uniforme.





5 **Aggiusta di sale e pepe, unisci il rosmarino tritato e mescola bene per far insaporire la carne in modo uniforme.**

Quasi a fine cottura, versa il **succo di limone**: lascia restringere il fondo per **due o tre minuti** e poi spegni la fiamma.



6 Trasferisci la carne in un **piatto da portata** e aggiungi un pizzico di **pepe** a piacere.

Guarnisci il tutto con delle **fettine di limone** fresco: i tuoi **straccetti di pollo al limone e rosmarino** sono pronti per essere portati in tavola e gustati ben caldi!





COME CONSERVARE GLI STRACCETTI DI POLLO AL LIMONE

Puoi conservare gli straccetti di pollo al limone e rosmarino in **frigorifero** per un massimo di **due giorni**, avendo cura di riporli in un **contenitore ermetico**.

Ti sconsiglio invece di congelarli: per via della tipologia di cottura e del condimento agrumato, **non si prestano al congelamento** perché perderebbero la loro consistenza ottimale.

PROVA LA VERSIONE CREMOSA DEGLI STRACCETTI DI POLLO

Per ottenere degli **straccetti di pollo cremosi**, cuoci la carne per circa 10 minuti fino a doratura. Nel frattempo, sciogli un cucchiaino di **amido di mais** in 100 g di acqua, mescola bene e versa il composto in padella insieme al **succo di limone** per creare una squisita salsina.

Puoi personalizzare il piatto variando gli aromi: questa ricetta è ottima anche con l'aggiunta di foglie di **salvia** fresca in sostituzione o in abbinamento al rosmarino.