





BOCCONCINI di POLLO MARINATI al LIME con RIPIENO di SPINACI

| Ingredienti per 4: | Preparazione | Foto |
|--|--|---|
| <p>1) 4 fettine di petto di pollo 2 lime 1 limone Prezzemolo Uno spicchio di aglio Sale Pepe Olio evo 500 gr di spinaci (peso a crudo) IMPAN Ariosto</p> | <p>1) Preriscaldare il forno a 200°</p> <p>Procedimento: Battete le fettine con un batticarne e mettetele in una ciotola con olio, prezzemolo tritato, uno spicchio di aglio sbucciato, sale, pepe, la buccia grattugiata del lime e il succo del limone filtrato cercando di bagnare tutta la carne. Lasciate marinare la carne per un'ora. Lavate gli spinaci e lessateli. Scolate e strizzate bene. Ripassateli in padella per eliminare l'eccesso di acqua, aggiungete un filo di olio e spegnete. Togliete la carne dalla marinatura e asciugatela con della carta Scottex. Mettete tutte le fettine in un piano di lavoro e mettete sopra gli spinaci.</p> |  |
| | <p>2) Arrotolate le 4 fettine e passatele nell'IMPAN e sistematele in una teglia foderata con carta forno. Mettete un pizzico di sale negli involtini e infornate a 200° per 20 minuti circa. La superficie deve diventare croccante ma non bruciata. Sfornate e tagliate gli involtini in 4 bocconcini. Servite caldi come finger food o come uno sfizioso secondo, accompagnato da un'insalatina o dei pomodorini.</p> |  |
| <p>by DiariodellamiaCucina www.ariosto.it</p> | | |