

Petto di pollo ai peperoni

📌 Categoria: Portate - Pollo e Selvaggina



Informazioni Generali

Preparazione: 15 min	Cottura: 30 min	Dosi per: 4 persone
Costo: Basso	Difficoltà: Bassa	



Il petto di pollo ai peperoni è un secondo piatto di carne che si prepara infarinando e rosolando i petti di pollo in padella per renderli morbidi e teneri.

Il pollo viene poi insaporito da un contorno di pomodori e peperoni stufati e aromatizzati al vino bianco.

Il petto di pollo ai peperoni è una ricetta semplice ma appetitosa, che incontrerà il gusto di tutti!

Ingredienti

» Brodo vegetale 500 ml	» Pomodori ciliegia 200 gr
» Burro 30gr	» Sale q.b
» Olio di oliva due cucchiaini	» Scalogno 60 gr
» Peperoni 250 gr gialli e 250 gr rossi	» Vino bianco 25 ml
» Pollo petto 600gr	

Preparazione



Per preparare il petto di pollo con i peperoni iniziate lavando i pomodorini e tagliandoli a metà (1). Proseguite pulendo i peperoni per eliminare i filamenti interni (2) e tagliateli a listarelle (3).



Preparate un trito con 30 gr di scalogno e rosolatelo per pochi minuti in un tegame antiaderente con un paio di cucchiari d'olio extravergine d'oliva (4). Quando sarà rosolato aggiungete un mestolo di brodo vegetale e fatelo evaporare (5); aggiungete i pomodori tagliati a metà (6)



e aggiustate di sale (7). A questo punto aggiungete anche i peperoni (8), coprite con il coperchio e fate cuocere le verdure a fuoco medio, per almeno 30 minuti (se i peperoni dovessero asciugarsi troppo aggiungete un mestolo di brodo durante la cottura) (9).



Ora passiamo alla preparazione del pollo (se il petto di pollo fosse troppo alto consigliamo di batterlo con l'aiuto del batticarne). Mettete il burro in una padella antiaderente (10) con i restanti 30 gr di scalogno e fatelo rosolare (11). Nel frattempo infarinare i petti di pollo (12) e,



quando lo scalogno sarà appassito, aggiungeteli in padella e fateli rosolare 1 minuto per lato (13). Sfumate con il vino (14) e un mestolo di brodo, continuando la cottura finché il petto di pollo non sarà cotto (15). Servite il petto di pollo con i peperoni ben caldo.

Conservazione

Questo piatto può essere conservato per 2 giorni in frigorifero. I peperoni si conservano qualche giorno in più tenuti in un contenitore ermetico e riposti in frigorifero.

Consiglio

Come variante è possibile rosolare il pollo a tocchetti ed unirlo ai peperoni per insaporire ulteriormente il piatto.

