Ricetta: **Insalata di Pollo**

Author: WWW.MISYA.INFO

L'insalata di pollo è una delle prime ricette che ho preparato senza seguire ricette e dosi... l'ho preparata così come mi veniva con gli ingredienti che avevo a portata di mano in casa; da quando l'ho preparata la prima volta,questa ricetta è diventata il mio cavallo di battaglia in cucina e ne vado molto fiera:P L'insalata di pollo è una ricetta che inizio a preparare appena arriva l'estate e ogni volta che c'è qualche pranzo e ognuno porta qualcosa a me chiedono questa e il cheeesecake ed io sono ben felice di prepararla :D Inoltre tra le ricette estive, questa è la preferita di mia mamma e del mio amore ed è a loro che la dedico ;)

Ingredienti per 4 persone:
1 kg di pollo
2 patate
1 fascetto di rucola
2 carote
150 gr di mais
5 cucchiai di maionese

Tempo di preparazione: 20 min
Tempo di cottura: 40 min
Tempo totale: 1 ora + 1 ora in frigo

Procedimento per preparare l'insalata di pollo

Lessate le patate, quindi sbucciatele ancora calde e tagliatele a dadini.

Far arrostire il pollo su una piastra, coprirlo con un coperchio e far cuocere per 40 minuti circa.

Una volta pronto, lasciar raffreddare il pollo quindi eliminare la pelle, staccate tutta la polpa, tagliatela a straccetti e salate.

Tagliate le carote alla julienne e lavate la rucola quindi disporle su un piatto da portata.

Posizionare ora le patate tutt'intorno e gli straccetti di pollo sul letto di rucola e carote.

Sgocciolare il mais ed aggiungerlo all'insalata di pollo e per finire aggiungere le cucchiaiate di maionese.

Riporre in frigo coperta da una pellicola trasparente, quindi servire l' insalata di pollo ben fredda.

Copyright © 2010 WWW.MISYA.INFO