

# Involtini di petto di pollo con carciofi



Gli involtini di petto di pollo con carciofi sono un secondo piatto gustoso e saporito.

**Ingredienti per 2 persone**

150 g di petto di pollo in fette sottili

1-2 carciofi

mentuccia

vino bianco

sale

olio evo

Se avete preparato la [pasta con i carciofi](#) e il condimento è risultato troppo abbondante potete utilizzarlo come ripieno degli involtini e velocizzare la preparazione della cena.

Altrimenti per prima cosa è necessario pulire i carciofi eliminando le foglie più esterne e la punta. Tagliare ogni carciofo a metà ed eliminare la peluria interna, ritagliare poi a spicchi. Mettere i carciofi puliti in una ciotola con acqua e limone e lasciare ammollo per un'oretta, poi lavare sotto l'acqua corrente.

Cuocere i carciofi a fuoco lento per 20/30 minuti con un filo di olio, la mentuccia, e un bicchiere di

acqua. Durante la cottura se necessario aggiungere un altro po' di acqua fino a che i carciofi non diventano morbidi.

Lasciar raffreddare e nel frattempo stendere le fettine di petto di pollo sul piano di lavoro. Riempire ciascuna fettina con un cucchiaino di carciofi, arrotolare e chiudere i lembi con uno stuzzicadenti.



Scaldare un filo di olio in una padella antiaderente, aggiungere gli involtini, salare e rosolare su tutti i lati, sfumare con il vino bianco e cuocere per circa 10/15 minuti.

[Torna alla Home](#)

[Vedi altri secondi e contorni](#)

[Vedi tutte le ricette](#)