

Involtini petto di pollo e melanzane



Oggi vi proponiamo un secondo piatto originale e colorato, degli involtini di petto di pollo e melanzane, con ripieno di pomodori e formaggio, accompagnati da un mix di verdure di stagione al forno. Ecco a voi la ricetta!

Ingredienti per 2 persone

300 g di petto di pollo in fettine sottili

1 melanzana

2 pomodori

60 g di formaggio tipo Galbano

farina di mais

olio

sale

pepe

vino bianco

Per prima cosa pulire la melanzana eliminando le due estremità, lavarla e tagliarla a fettine abbastanza sottili.

Scaldare una padella antiaderente e grigliare le fettine di melanzana facendo attenzione a non

bruciarle.

Non appena le fettine sono pronte trasferirle in un piatto e condirle con un filo di olio.

Nel frattempo lavare i pomodori e tagliarli a fettine. Tagliare anche il formaggio.

Adagiare le fettine di petto di pollo su un tagliere o in un piatto, coprirle con le melanzane e in ognuna aggiungere il pomodoro e il formaggio.



Arrotolare le fettine e chiudere le estremità con uno stuzzicadenti, in modo da formare degli involtini.

Passare gli involtini nella farina di mais.



Scaldare in una padella un filo di olio, mettere gli involtini e farli cuocere per qualche minuto da tutte e due i lati, in modo che si forni una crosticina.

Sfumare con il vino bianco, salare e aggiungere un po' di pepe.

Cuocere ora a fuoco lento per circa 20 minuti, fino a

che il liquido di cottura viene assorbito.



Servire gli involtini con un mix di verdure di stagione al forno, ad esempio melanzane, peperoni, patate e zucchine.

[Torna alla Home](#)

[Vedi altri secondi e contorni](#)

[Vedi tutte le ricette](#)