



Croce Rossa Italiana
Comitato di Cingoli

RICETTA DA CUCINARE

Pollo alle mandorle

Ingredienti

- 500 gr Petto di pollo
- 130 gr Mandorle pelate
- 15 gr Zenzero fresco da grattugiare
- Farina 00 q.b.
- Sale fino q.b.
- 60 gr Cipolle
- 25 gr Olio di semi
- 60 gr Salsa di soia
- 1 spicchio d'Aglio
- 20 gr Acqua

Procedimento

1. Sbucciate lo spicchio di aglio e affettatelo sottilmente, poi pelate lo zenzero e grattugiatelo, infine sbucciate e affettate la cipolla;
2. Tagliate il petto a bocconcini e infarinateli con la farina;
3. In una padella antiaderente dai bordi alti riscaldare l'olio di semi, poi aggiungete l'aglio, lo zenzero grattugiato e la cipolla affettata;
4. Lasciate dorare gli ingredienti per alcuni minuti a fuoco medio;
5. Aggiungete al soffritto i bocconcini di pollo infarinati e mescolate spesso;
6. Quando presenteranno una leggera crosticina, versate la salsa di soia e dopo aver versato la salsa di soia aggiungete 20ml di acqua;
7. Mentre il pollo cuoce, ponete in una padella antiaderente le mandorle pelate e tostatele per 2-3 minuti;
8. A questo punto, unite le mandorle tostate al pollo, e amalgamate delicatamente con un cucchiaio di legno per alcuni istanti.

