



CUCINA CON NOI!

Bocconcini di pollo, verdure marinate e mais

Un secondo piatto con verdure e bocconcini di pollo, l'ideale per una pausa pranzo gustosa. Prova a prepararlo con la tecnica della vasocottura, perfetta per la ristorazione veloce.

INGREDIENTI

80 g di Mais Bio Orogel

100 g di petto di pollo

150 g di spaghetti di verdure (julienne di carote, zucchine e peperone)

olio extravergine di oliva

sale e pepe rosa





15



1



Facile



Secondi Piatti



Microonde

Preparazione

- 1 Condire gli spaghetti di verdure con sale e olio e lasciare riposare 10 minuti.
- 2 Tagliare il pollo a bocconcini e condirlo con sale e pepe.
- 3 Inserire nel vaso le verdure, il mais e i bocconcini di pollo. Completare con un pizzico di pepe rosa.
- 4 Chiudere con il coperchio e cuocere per 3 minuti a 750 Watt.

