

LE RICETTE DI MAMMA MARIOLINA

Involtini di pollo al limone Leggerima ..buoni!



Difficoltà
facile



Quantità
4 persone



Tempo
60 minuti

Ingredienti

- Petto di pollo a fette - 4 o....più
- speck - 4 fette
- provola o altro formaggio
- pane grattugiato - per avvolgere le fettine
- limone - 1
- vino - mezzo bicchiere
- sale - q.b.
- olio - q.b.

Preparazione

Una ricettina veloce per non mangiare sempre la solita triste fettina! Stendere le fettine di pollo e dopo averle coperte con una pellicola, batterle leggermente con il batticarne per appiattirle. Stendere su ognuna una fettina di speck (in alternativa una fettina di prosciutto cotto). Aggiungere una striscia di formaggio e arrotolarla su se stessa. Tenere chiusa con un filo o uno stecchino. Fatele ricoprire con del pane grattugiato. Deporre su un tegame con un filo d'olio caldo. (Posarle dalla parte della chiusura per non aprirsi). Se preferite usate del burro fatto fondere,ma non saranno più molto leggere! Farle dorare da tutte le parti e salare leggermente. Aggiungere un filo di vino e fare evaporare. Finire con il succo del limone, farlo restringere fino al formarsi di una salsina densa. Servire calde con una bella insalata!

