

POLLO O TACCHINELLA AMMANTATA CON IL PROSCIUTTO

Ingredienti

- olio extravergine d'oliva
- sale
- rosmarino (5gr)
- limone
- vino bianco (500ml)
- prosciutto crudo (100gr)
- 6 chiodi di garofano
- pollo intero

Come si prepara

Lavate il pollo e asciugatelo bene;

Inserite all'interno del pollo una fettina di prosciutto, due chiodi di garofano e un rametto di rosmarino. Distribuite poi un rametto di rosmarino e un chiodo di garofano sotto le ali e nella piegatura delle cosce;

Salate appena, avvolgete tutto il pollo con le fette di prosciutto e legatelo con lo spago da cucina;

Mettetelo in un tegame con olio già caldo e fatelo rosolare con cura su ogni lato, girandolo spesso.

Quando sarà ben rosolato, aggiungete il vino e portate a cottura coprendo con un coperchio;

Durante gli ultimi cinque minuti di cottura spruzzate mezzo limone sopra il pollo.

Difficoltà: 4

Tabella nutrizionale

Valore energetico	107 kcal 448 kJ
-------------------	--------------------

Tags



occasioni speciali, secondo, feste, carne, mediterranea

