

Bocconcini di pollo

I **bocconcini di pollo** sono gustosi cubettini di petto di pollo impanati e fritti, molto golosi e gustosi, che piacciono solitamente a grandi e bambini. Sono ottimi appena preparati, caldi e croccanti, ma se avanzano si possono conservare per un giorno in frigorifero. Si possono gustare sia a temperatura ambiente, sia riscaldati nel forno.

I **bocconcini di pollo** vanno serviti con salsine come maionese, ketchup, tartara o altra a piacimento, anche piccante. Per un piatto ricco e sfizioso unire qualche patatina frita, per un piatto più equilibrato accompagnare con insalata tipo lattuga o gentile.

INFORMAZIONI

- 2 persone
- **490Kcal** a porzione
- difficoltà **media**
- pronta in **45 minuti**
- si può **mangiare fuori**

INGREDIENTI

- 300 g di petto di pollo
- 2 uova di gallina
- 1 cucchiaio di latte
- Pepe nero macinato al momento
- 200 g di pane grattugiato
- 60 g di Parmigiano Reggiano
- Olio di semi di arachide o di oliva per friggere
- Sale

PREPARAZIONE

- Tagliare il petto di pollo in pezzetti di un paio di centimetri di lato, rimuovendo eventuali nervature o parti grasse.
- In un piatto rompere le uova, unire il latte, una macinata di pepe e sbattere con una forchetta finché non avranno perso viscosità e avranno formato una leggera schiuma.
- In un altro piatto versare il pangrattato e miscelarlo al Parmigiano Reggiano grattugiato.
- Prendere i pezzetti di pollo, passarli nell'uovo, quindi nel pangrattato e metterli in un piatto.
- Al termine della prima panatura, se piace, se ne può fare una seconda.
- In un padellino scaldare abbondante olio per friggere. Se avete un termometro da cucinola temperatura giusta dell'olio è di 180°C.
- Quando è ben caldo tuffarvi i bocconcini. Non riempire troppo il padellino per non far diminuire eccessivamente la temperatura. Nel caso, effettuare più cotture consecutive.
- Quando la superficie della panatura risulterà ben dorata, scolare i bocconcini e porli su un piatto con carta da cucina asciugandoli accuratamente e regolare di sale.
- Servire immediatamente.

CONTORNO DI ABBINAMENTO IDEALE

Insalata mista

STAGIONE

Ricetta per tutte le stagioni

AUTORE

Ricetta realizzata da Barbara Farinelli. Fotografia di Giovanni Caprilli. Tutti i diritti riservati.



I consigli di Barbara

Se siete poco pratici di frittura, aprire un bocconcino per valutarne la cottura all'interno, prima di ritirarli tutti. La carne deve essere cotta, ma ancora morbida e succosa.