

Pollo alle erbe in insalata saporita



Esecuzione: Facile

Preparazione: 15

Cottura: 30

Dosi per 4 persone

Metti a bollire le patate con la buccia partendo da acqua fredda salata. Taglia in 2 parti il petto di pollo. Trita finemente le erbe aromatiche e rotolaci il pollo dopo averlo salato e pepato. Griglialo distante dalla fiamma in modo da cuocerlo bene anche nel cuore. Pela ed affetta la cipolla rossa e tagliala ad anelli fini; mettila in una terrina coprendo con l'aceto e lo zucchero e lasciala macerare.

Pela le patate e tagliale a fette, disponile nei piatti con l'insalata riccia ed adagiaci il pollo scaloppato. Unisci la cipolla ad anelli ben scolata e strizzata e condisci con olio d'oliva, pepe ed il pesto a gocce.

Ingredienti per 4 persone

- **Per il pollo:**
- 1 petto di pollo
- 5 patate gialle
- 6 foglie di salvia

- 2 rametti di rosmarino
- 1 cipolla rossa
- 5 cucchiaini di aceto bianco
- 1 cucchiaino di zucchero
- 2 cucchiaini di pesto ligure
- 2-3 foglie di insalata verde o rucola
- 1 cucchiaino di olio EV d'oliva
- sale e pepe