

SECONDI DI POLLAME

Insalata di pollo e ananas

DOSI

4 persone

PREPARAZIONE

20 min

CALORIE

315 kcal

■ Ingredienti per 4 persone

Pollo lesso avanzato	400 g
Ananas	1
Peperone verde	1/2
Funghi champignon	150 g
Olio d'oliva extra-vergine	4 cucchiiai
Aceto di vino	2 cucchiiai
Sale	
Pepe	

■ Preparazione

- 1 Tagliate il pollo a pezzetti. Togliete la buccia all'ananas, tagliatelo a dadini. Mondate il peperone dei semi e delle coste bianche interne, tagliatelo a striscioline.
- 2 Sciacquate velocemente i funghi sotto l'acqua corrente per togliere tutta la terra, asciugateli bene e tagliateli a fettine.
- 3 In una ciotola emulsionate l'olio con l'aceto, salate e pepate, sbattendo bene con una forchetta. Riunite tutti gli ingredienti preparati in un'insalatiera, versate la vinaigrette, mescolate delicatamente e servite.
- 4 Potete condire quest'insalata, al posto della classica vinaigrette, con della maionese nella quale scioglierete una punta di senape.