

SECONDI DI POLLAME

Involtini di pollo all'arancia

DOSI

4 persone

PREPARAZIONE

15 min

COTTURA

15 min

■ Ingredienti per 4 persone

Filetti di petto di pollo	4
Pancetta tesa	8 fettine
Arance	2
Vino bianco secco	
Salvia	8 foglie
Semi di sesamo	2 cucchiaini
Burro	60 g
Sale	
Pepe	

■ Preparazione

- 1 Tagliate a metà in senso orizzontale i filetti di petto di pollo in modo da ottenere 8 fettine. Salate e pepate. Su ciascuna mettete una fetta di pancetta e arrotolate per ottenere un involtino.
- 2 Lavate bene una grossa arancia. Senza togliere la buccia, tagliatela a fettine sottili (dovrete ottenerne 8) e sistemate ogni fettina intorno a involtino.
- 3 Metteteci sopra una foglia di salvia e fissate tutto con uno o due stuzzicadenti di legno. Fondete il burro in un tegame, unite gli involtini e fateli rosolare lentamente da tutte le parti.
- 4 Innaffiate con una generosa spruzzata di vino bianco. Lasciate evaporare a fuoco vivace. Spremete la seconda arancia e aggiungete il succo agli involtini.
- 5 Abbassate la fiamma, salate e pepate. Continuate la cottura per una decina di minuti. Tostate i semi di sesamo in un tegame antiaderente senza condimento.
- 6 Ricordate di mettere il coperchio alla pentola. Poco prima che la cottura degli involtini sia completata, spolverizzateli con i semi di sesamo.