



MySocialRecipe

Questa ricetta è mia!



Ricetta N. RE003421 - Ricetta d'Autore

Registrata in data 19 Set 2020 alle ore 10:12

da RITA DEL CASTILLO

Livello di difficoltà: Medio

Piatto tipico della stagione: Primavera, Estate, Autunno, Inverno

Come ti senti gustando la tua ricetta? Felice

Cannolo di pollo

Un cannolo di pollo panato con granella di mais, ripieno di spinaci al burro, gluten free, da mangiare anche in piedi come un panino.

Tempo di preparazione: 30 minuti

Ingredienti per 4 persone

4 Fette di pollo
100 g Semola di mais
2 Uova
1 Cucchiaino di semola di mais fine
q.b. Acqua
500 g Spinaci in foglie fresche
2 Noci di burro
q.b. Sale
2 Cucchiiai di Parmigiano Reggiano (Parmigiano Reggiano)
q.b. Olio di semi per friggere

Strumenti di cottura

4 stuzzicadenti; 4 cilindri in acciaio da pasticceria per cannolo tradizionale

Preparazione

Per il ripieno: mondare e lavare gli spinaci. In una casseruola mettere gli spinaci sgocciolati dall'acqua, coprire e cuocere a fuoco lento, appena ammorbiditi, scolare l'acqua in eccesso e aggiungere il burro, spegnere la fiamma ed aggiungere sale q.b.

Per il cannolo di pollo: preparare una pastella con uovo sbattuto, della farina di mais fine e acqua quanto basta per avere una pastella abbastanza fluida. Immergere i filetti di pollo nella pastella e poi passarli nella granella di mais, foderare i cilindri in acciaio e fermare i lembi sulla parte superiore.

Immergerli in olio di semi a temperatura 160/170 gradi circa fino a che non siano dotati, togliere il cilindro e immergere di nuovo qualche minuto per fare diventare croccante anche l'interno. Lasciare a gocciolare in un foglio di carta assorbente, spolverare con un po' di sale. Continuare con il farcire con gli spinaci.

Per la cialda di Parmigiano Reggiano: in un foglio di carta da forno, mettere un cucchiaino di Parmigiano Reggiano grattugiato, cuocerlo in forno a microonde per 30/50 secondi e raffreddare.

La ricetta ha partecipato a:

Street food Rimini