

INSALATA DI POLLO 7

Ingredienti per 3 persone:

- 1 petto di pollo
- 2 carote
- 2 coste di sedano
- 1 cipolla grande
- prezzemolo
- 1 barattolino di maionese
- 3 cucchiaini di ketchup non piccante
- radicchio
- insalata lattuga
- sale
- pepe
- olio d'oliva
- aceto di vino

Preparare in una pentola gli ingredienti per il bollito: carote, sedano, cipolla, prezzemolo e petto di pollo in un 150cl circa di acqua, salare.

Far bollire fino a cottura del petto di pollo (circa 30 minuti).

A fine cottura scolare il pollo e le verdure e far raffreddare per 10 minuti.

Ridurre il pollo a tocchetti insieme alle verdure.

Preparare quindi su un vassoio un letto di insalata tagliata finemente condita con olio, sale e pepe.

In una terrina mescolare la maionese e il ketchup fino a ottenere una salsa rosa, aggiungere poco pepe e il pollo insieme alle verdure bollite e mescolare e comporre un insieme omogeneo.

Distendere sul letto di insalata e servire ben freddo.