

SPIEDINI POLLO E PAPRICA

Ingredienti per 4 persone:

- pepe
- sale
- 3 pizzichi di paprica
- 2 foglie di alloro
- 1 cucchiaio di timo
- 15 cl di olio d'oliva
- 2 cipolle
- paprica
- 4 pomodorini
- 4 zucchine piccole
- 1 pollo da 1500 g

Oltre al tempo di preparazione e cottura, è necessario tenere conto di 2 ore per la marinata.

Preparate la marinata: mondate le cipolle e tritatele, mettetele in una grande insalatiera; aggiungete l'olio, il timo e l'alloro sbriciolati, la paprica, sale e pepe.

Mescolate con una forchetta.

Lavate le zucchine, asciugatele, tagliatele a fette di 1,5 cm di spessore.

Aggiungetele alla marinata.

Staccate le ali e le zampe del pollo e, con un coltellino affilato, disossatele.

Prelevate il resto della carne del pollo e tagliatela a pezzi regolari.

Dovrete ricavarne trentadue pezzi.

Metteteli nella marinata, mescolate varie volte e lasciate marinare almeno due ore.

Trascorso il tempo della marinata, sgocciolate bene la carne e le zucchine.

Lavate i pomodori, asciugateli e tagliateli in due.

Preparate quattro spiedini di 25 cm di lunghezza con otto pezzi di pollo separati da fettine di zuccina e mezzo pomodoro ciascuno.

Spennellate abbondantemente gli spiedini con la marinata e cospargeteli di paprica.

Grigliate gli spiedini sulla brace da venti a venticinque minuti, spennellandoli ogni tanto con la marinata e voltandoli almeno due volte per ottenere una cottura uniforme.

Servite subito.