



Le ricette della strega

Fantasmini con cucutia :

Ingredienti:

1 petto di pollo

1 pezzo di zucca

1 vasetto di yogurt naturale

1 rametto di menta

1 rametto di rosmarino

2 spicchi di aglio

Succo di limone

Sale

Brodo vegetale

Olio extra vergine di oliva

Pepe nero macinato al momento

Lessare il petto di pollo nel brodo vegetale. (il brodo servirà in seguito per un'ottima minestra).

Tagliare il pollo a bastoncini dopo averlo lasciato raffreddare e condirlo con una salsina preparata con lo yogurt, una macinata di pepe e sale (se necessario).

Lessare la zucca in acqua salata (risulterà migliore se cotta al forno).

Tagliarla a dadini e condirla con vinagrette preparata con olio extravergine di oliva, succo di limone, pepe nero macinato. Aggiungere l'aglio, la menta ed il rosmarino tritati.

Sistemare i fantasmini (bastoncini di pollo) al centro di un piatto da portata. Contornarli con i cubetti di cucutia (zucca) e portare in tavola.

Piatto buono sia caldo che freddo.