

Bocconcini di pollo con broccoli e peperoni allo zenzero



Ingredienti:

- 500 g petto di pollo
- 2 peperoni (uno rosso uno giallo)
- 1 broccolo
- 1 carota
- 2 spicchi d'aglio
- 3 cm zenzero fresco
- 1 cucchiaio farina
- sale

Tagliate il petto di pollo a cubetti e mettete in una busta con la farina. Chiudete la busta e sbattetela per infarinare uniformemente il pollo.



Mettete nella casseruola 2 cucchiaini di olio di oliva, l'aglio e lo zenzero fresco tritati, i peperoni a listarelle, il pollo infarinato..



...mescolate leggermente, coprite con Magic Cooker e cuocete sul fornello grande a fiamma medio-alta per circa 7 minuti. Mescolate spesso spostando dalla fiamma. Spostate dal fuoco, aspettate 30 secondi e aggiungete il broccolo a ciuffetti, la carota a fette spesse e 50 ml acqua, sale.



Coprite e cuocete a fiamma bassa per 10 minuti o fino al grado di cottura desiderato. Mescolate una volta a metà cottura. Spegnete il fuoco e lasciate coperto 1 minuto.



Buon appetito con Magic Cooker!

Ricetta fatta da Eliza Sestov.