

Petto di pollo al miele



Ingredienti:

500 g petto di pollo

90 g miele

4 cucchiaini succo di limone

1 spicchio d'aglio

sale, pepe, rosmarino

Tagliate a fette spesse il petto di pollo e condite su entrambi i lati con sale e pepe.



Riscaldare 1 cucchiaio di olio di oliva nella pentola coperta per 30 secondi. Mettete le fette di petto di pollo condite.



Coprite con Magic Cooker e cuocete 2 minuti a fiamma alta sul fornello grande. Spostate dal fuoco, aspettate 30 secondi e girate la carne. Proseguite 2 minuti a fiamma alta.

Preparate il condimento: unite il miele con il succo del limone e un trito di rosmarino e aglio.



Abbassate il fuoco e unite il condimento alla carne.



Coprite e cuocete a fiamma media per 3 minuti poi fiamma bassa per 5 minuti. Girate la carne e proseguite altri 5 minuti a fiamma bassa. Spegnete il fuoco e lasciate coperto 2 minuti.



Servite con fette di limone.

Buon appetito con Magic Cooker!

Ricetta fatta da Eliza Sestov.