

Piatto unico: pasta integrale, pollo e piselli



Ingredienti:

250 g pasta integrale

350 g petto di pollo

1 cucchiaio farina

150 g piselli congelati

2 pomodori maturi

1 cipolla

1 carota

sale, pepe, origano

Mettete nella pentola la cipolla e la carota tritate, 1 cucchiaio di olio di oliva, coprite con Magic Cooker e cuocete sul fornello grande a fiamma alta per 1 minuto.

Aggiungete il petto di pollo tagliato cubetti e infarinato.



Coprite e rosolate a fiamma e media per 3-4 minuti. Mescolate 1-2 volte. Abbassate la fiamma e aggiungete 450 ml acqua fredda, la pasta, i pomodori spellati a tagliati a cubetti, i piselli congelati, sale, pepe e origano.



Mescolate, coprite e cuocete a fiamma alta finché fuoriesce il vapore poi fiamma bassa per il tempo di cottura della pasta. Mescolate 3 volte durante la cottura. Spegnete il fuoco e lasciate coperto 1 minuto.



Buon appetito con Magic Cooker!

Ricetta fatta da Eliza Sestov.