

Pollo con fagiolini e pomodori freschi



Ingredienti:

1,2 kg carne pollo senza pelle
400 g fagiolini freschi
3 pomodori grandi spellati
1/2 misurino IFIB (opzionale)
erbe aromatiche
sale

Procedimento:

Insaporite la carne di pollo con sale ed erbe aromatiche, massaggiare poi con poco olio evo.

Distribuite i pezzi di carne nella casseruola con poco olio evo.

Coprite con MCS e cuocete a fiamma alta 3-5 minuti per parte.

Aggiungete i fagiolini, pomodori a cubetti, 50 ml acqua (opzionale) con dado vegetale o solo sale, IFIB se volete, coprite e cuocete a fiamma alta 1 minuto. Continuate a fiamma bassa 5 minuti, poi a fuoco spento 15-20 minuti in base al grado di cottura desiderato. Alla fine aggiungete un pò di prezzemolo fresco tritato.

Buon appetito con Magic Cooker!

E.S.