

Pollo all'orientale con curry e curcuma



Ingredienti (per 1 porzione)

120 g di bocconcini di petto di pollo Passo dopo Passo Despar
1 cucchiaio di olio extra vergine di oliva Bio,Logico Despar
1 cucchiaino di curry Despar

1 cucchiaio di curcuma
mezzo cucchiaino di coriandolo in polvere
1 pizzico di sale
1 pizzico di pepe

Procedimento

1. Mescolo curry, curcuma, coriandolo, sale, pepe e olio in una ciotolina, e ci aggiungo i bocconcini di pollo. Faccio marinare per 15 minuti almeno.
2. Scaldo una padella antiaderente, e una volta ben calda, ci adagio il pollo insieme alla marinatura.
3. Faccio cuocere a fiamma vivace per 8-10 minuti, rigirando spesso in modo che il pollo possa cuocere uniformemente ed evitando di bruciare l'olio e le spezie.