



## PROFUMO D'ORIENTE

cosaceinpentola.cucinare.meglio.it



### Ingredienti:

2 fette spesse di petto di pollo  
3 arance medie  
Acqua  
Pepe nero  
1 cipolla rossa media  
Curry (1 cucchiaino all'incirca)  
3 cucchiaini di miele per saltare  
4 cucchiaini di miele per spennellare  
Olio Extravergine d'Oлива (io Dante)  
Pancetta dolce a cubetti  
120 g di riso basmati

### Preparazione:

Far marinare il pollo in un contenitore con 1 arancia spremuta e dell'acqua. Appena la carne comincerà ad essere bianca, riscaldare un wok o padella con un filo d'olio, spennellare le fette di petto di pollo con 1 cucchiaino di miele per ogni lato e far cuocere qualche secondo da entrambe i lati. Versare il succo di due arance spremute, dell'acqua fino a coprire, la cipolla tagliata, il curry, il pepe nero, il sale e far cuocere fino a quando la salsa sarà quasi densa e raggiunge una temperatura intorno ai 100°. Togliere il pollo e metterlo su un tagliere, farlo intiepidire e tagliarlo a listarelle. La salsa invece frullatela. Riprendete il wok con un filo d'olio e fate rosolare dolcemente il pollo, la pancetta a cubetti e aggiungete il miele poco per volta. Intanto bollite il riso e una pronto bagnatelo con un po' di salsa alle cipolle e curry e l'altra salsa servitela parte. Impiattate, accompagnate con la salsa e qualche filo di porro per decorare!