

Fettine di pollo all'arancia



Ingredienti per 4 persone

4 fettine di petto di pollo



4 cucchiaini di farina



Mezzo bicchiere di brandy (per esempio Grand Marneir)



Sale e pepe



1 arancia sanguinella



1 fettina di burro



3 cucchiaini di olio extravergine di oliva



Come si cucina

Taglia a metà l'arancia.



Spremi l'arancia con uno spremiagrumi.



Metti la farina in un piatto piano.



Prendi una fetta di petto di pollo e metti sale e pepe su un lato della fettina.



Metti la fettina di pollo nel piatto con la farina e girala da tutti e due i lati.



Fai la stessa cosa con le altre fettine di pollo e mettile su un piatto.

Prendi una padella grande.



Metti nella padella una fettina di burro e 3 cucchiaini di olio di oliva.



Accendi il fornello.



Quando il burro si è sciolto metti le fettine di pollo nella padella.

Quando le fettine di pollo sono dorate le devi girare con una paletta per farle cuocere dall'altro lato.



Abbassa la fiamma del fornello.

Prendi mezzo bicchiere di brandy e versalo sulle fettine di pollo.



Alza di nuovo la fiamma.



Dopo un minuto versa il succo di arancia sulle fettine di pollo.



Metti il coperchio sulla padella.

Fai cucinare le fettine di pollo per 10 minuti.



Spegni il fornello.

Le tue fettine di pollo all'arancia sono pronte!



Vocabolario

Arancia sanguinella: è un tipo di arancia che ha gli spicchi rossi.