

**CANNAMELA**

Pollo arrosto



# Ingredienti

- 800 g pollo a pezzi
- 2 cucchiaini rosmarino in foglie serie oro CANNAMELA
- ½ cucchiaino Salvia Liofilizzata CANNAMELA
- ½ cucchiaino Erba Cipollina Liofilizzata CANNAMELA
- ½ cucchiaino aglio macinato serie oro CANNAMELA
- ½ cucchiaino cipolla in fiocchi serie oro CANNAMELA
- 1/2 cucchiaino fecola di patate
- qb sale
- 5-6 giri pepe nero in grani tappomacina CANNAMELA
- 30 g acqua
- 1 sacchetto forno Cuki

 Porzioni 3 persone	 Portata Secondo
 Tempo 6 minuti	 Difficoltà Facile
 Cottura In forno	 Kcal per persona 469*

\* Calorie calcolate da Quadò Editrice Srl (software Easydiet aggiornamento 2007)

I nostri partner

**DOLCI CUCINA**



## Preparazione

- 1** In una ciotola capiente mettere la **salvia liofilizzata CANNAMELA**, l'**erba cipollina liofilizzata CANNAMELA**, l'**aglio macinato serie oro CANNAMELA** e la **cipolla in fiocchi serie oro CANNAMELA**.
- 2** Completare con il **rosmarino in foglie serie oro CANNAMELA** e il sale.

**3** Aromatizzare con 5/6 giri di **pepe nero in grani tappomacina CANNAMELA**, poi unire l'acqua e mescolare bene.

**4** Aggiungere i pezzi di pollo e rigirarli bene nel mix di aromatiche.

**5** Aprire il **sacchetto forno CUKI**, inserire la fecola e agitarlo.

**6** Porre i pezzi di pollo nel **sacchetto forno Cuki** e chiudere con l'apposito legaccio.

Adagiare il sacchetto forno CUKI in una teglia e infornare a 200° per 60 min. In cottura tagliare uno degli angoli del sacchetto o praticare alcuni fori per lasciar fuoriuscire il vapore.

**7** Se volete una preparazione ancora più ricca, inserite nel sacchetto 300 g di patate sbucciate e tagliate a pezzetti e procedete affidandovi alle modalità di cottura indicate nella ricetta.

Per velocizzare l'operazione di preparazione potete inserire il pollo, le erbe aromatiche, le spezie e gli altri ingredienti direttamente nel sacchetto dopo averlo infarinato, poi agitatelo con cura facendo attenzione a non romperlo.

E' possibile cuocere il pollo anche nel microonde ad una potenza medio-alta (720 W) per 15 minuti.

**8** Sfornare il pollo, eliminare il sacchetto e servire con insalata.