

CANNAMELA

Spiedini di pollo, peperoni, ananas



Ingredienti

- 600g petto di pollo
- 2 cucchiaini mix speziato per American barbecue CANNAMELA
- 450g peperoni rossi e gialli mondati
- 400g ananas fresco pulito
- 2 cucchiai olio extravergine di oliva
- qb sale



Porzioni
4 persone



Portata
Secondo



Tempo
25 minuti



Difficoltà
Facile



Cottura
Alla griglia



Kcal per
persona
258*

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

I nostri partner

DOLCI CUCINA



Preparazione

- 1 Tagliare a bocconcini non troppo piccoli il pollo.
- 2 Porli in una ciotola con l'olio e aromatizzare con il mix speziato per American Barbecue CANNAMELA.
- 3 Lasciare riposare per 30 min.
- 4 Tagliare i peperoni a cubetti.
- 5 Dividere a pezzi l'ananas.
- 6 Infilare gli ingredienti alternandoli negli stecchini di legno.
7. Preriscaldare il barbecue a temperatura media (in alternativa utilizzare una griglia).
- 7 Ungere leggermente la griglia e cuocere gli spiedini girandoli spesso e, se occorre, regolare di sale. In alternativa cuocere in forno a 180° per 18/20 min.
- 8 Trasferire gli spiedini nei piatti e servire.