

CANNAMELA

Yakitori



Ingredienti

- 600g carne di pollo
- 25g sakè
- 60g salsa di soia
- 1 cucchiaino zucchero
- 10g olio extravergine di oliva
- 120g cipollotti
- 2 cucchiaini colmi Spezie Shichimi Togarashi CANNAMELA



Porzioni
4 persone



Portata
Secondo



Tempo
20 minuti



Difficoltà
Facile



Cottura
In padella,
In pentola



Kcal per
persona
1*

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

I nostri partner

DOLCI CUCINA



Preparazione

- 1 Ponete a bagno in acqua 8 spiedini di legno per circa 20 minuti.
- 2 Tagliate la carne di pollo in piccoli pezzi.
- 3 In un pentolino unite il sakè, la salsa di soia e lo zucchero.
- 4 Scaldate portando ad ebollizione.
- 5 Infilate la carne di pollo negli spiedini asciugati alternandoli con mezzo cipollotto.
- 6 Adagiate gli spiedini in una padella antiaderente e pennellateli con la salsa precedentemente preparata.
- 7 Cuocete gli spiedini per 7-8 minuti rigirandoli.
- 8 A metà cottura irrorate con olio extravergine d'oliva e 1 cucchiaino colmo di spezie Shichimi Togarashi Cannamela.
- 9 Prima di servire, spargete sugli spiedini un altro cucchiaino colmo del mix di spezie Cannamela .