



Ritaglia

e conserva

Spiedini Laccati

Ingredienti per 4 persone:

360 g di petto di pollo, 6 cucchiaini di salsa di soia, 2 limoni spremuti, 2 cucchiaini di miele di acacia, 4 cucchiaini di semi di sesamo, olio extravergine di oliva, sale, stecchini per gli spiedini.

Tagliate a striscioline i petti di pollo e fateli marinare nella salsa di soia, per circa un'ora, girandoli di tanto in tanto affinché si insaporiscano. Poi toglieteli e conservate la salsa di soia. Infilzate le strisce di pollo sugli stecchini per gli spiedini. In una terrina aggiungete la salsa di soia avanzata della marinata, il succo dei limoni spremuti, due cucchiaini di miele di acacia ed emulsionate bene. Spennellate gli spiedini con la salsa ottenuta e adagiateli, ben distanziati, in una pirofila da forno. Infine cospargete gli spiedini con i semi di sesamo e aggiungete un pizzico di sale. Cuocete gli spiedini in forno già caldo, a 180°, per 15 minuti, girandoli sull'altro lato a metà della cottura. Serviteli ben caldi.