

Insalata con pollo, avocado e peperoni



Descrizione

Se sei alla ricerca di un'idea gustosa, la ricetta di insalata di di pollo, peperoni, avocado e pancetta è ciò che fa per te. Questo piatto è una variante deliziosa dell'insalata di pollo tradizionale, che utilizza pezzi diversi del pollo per dare un tocco creativo alla vostra tavola. Inoltre, l'insalata è ricca di proteine e nutrienti, grazie agli ingredienti freschi come i peperoni, l'avocado e la pancetta croccante. Prova questa variante della classica insalata di pollo, ti sorprenderà per il gusto.

Informazioni

PREPARAZIONE: 15 min

DIFFICOLTÀ: 1

COTTURA: 40 min

DOSI PER: 2 persone

Ingredienti

2 **fusi di pollo**
2 **sovracosce di pollo**
2 **peperoni** rossi piccoli
1 **avocado**

80 g di **pancetta** a cubetti

1 **limone**

Insalata a piacere (lattuga, rucola, spinaci, ecc.)

Olio, sale e pepe q.b.

Preparazione

- 1) Preriscalda il forno a 180°C.
- 2) Disponi i fusi e le sovracosce di pollo su una teglia e condiscili con olio, sale e pepe.
- 3) Cuocili per circa 30-40 minuti per farli diventare dorati e croccanti.
- 4) Una volta cotti i fusi e le sovracosce di pollo, lasciali intiepidire per qualche minuto e poi tagliali a pezzetti.
- 5) Taglia a cubetti i peperoni e l'avocado.
- 6) Cuoci la pancetta a cubetti in una padella antiaderente.
- 7) Prepara la salsa per il condimento unendo il succo del limone, l'olio, il sale e il pepe.
- 8) Lava e asciuga l'insalatina mista, disponila in una grande insalatiera con tutti gli ingredienti e aggiungi la salsa.