

# Involtini di Pollo con Fave e Formaggio



## Descrizione

Gli involtini di pollo con fave, formaggio e pecorino sono un piatto delizioso e versatile, perfetto per stupire i tuoi ospiti con un tocco di eleganza e gusto. Questa ricetta semplice e veloce unisce la morbidezza del pollo alla freschezza delle fave, arricchita dal sapore deciso del pecorino. Ideale per un pranzo domenicale o una cena speciale, questi involtini rappresentano un'ottima soluzione per valorizzare la carne di pollo, rendendola protagonista di un piatto gourmet. Scopri come preparare questi gustosi involtini seguendo i nostri consigli e trucchi, e porta in tavola un'esplosione di sapori che conquisterà tutti i palati.

## Informazioni

**PREPARAZIONE:** 15 min

**DIFFICOLTÀ:** 2

**COTTURA:** 30 min

**DOSI PER:** 4 persone

## Ingredienti

8 fette o bistecche di **pollo**  
200 g di **fave fresche** sgranate  
150 g di **mozzarella, scamorza o fontina**

1 spicchi d'**aglio**  
**Olio, sale e pepe** q.b.  
**Prezzemolo e rosmarino** fresco q.b.

## Preparazione

- 1) Inizia pulendo le bistecche di pollo da eventuali ossicini e cartilagini, poi battile delicatamente tra due fogli di carta da forno per renderle più sottili e uniformi.
- 2) Scalda due cucchiai di olio extravergine d'oliva in una padella con uno spicchio d'aglio schiacciato, aggiungi le fave e cuocile per 5-7 minuti finché non diventano tenere, poi aggiusta di sale e pepe e lascia raffreddare.
- 3) Su ogni bistecca di pollo distribuisci un po' di fave cotte, qualche pezzetto di formaggio a pasta filata e una spolverata di pecorino grattugiato.
- 4) Arrotola le bistecche su sé stesse per formare degli involtini e legale con lo spago da cucina.
- 5) Nella stessa padella usata per le fave, scalda altri due cucchiai di olio extravergine d'oliva e cuoci gli involtini a fuoco medio-alto, girandoli di tanto in tanto per farli dorare uniformemente su tutti i lati, per circa 15-20 minuti.
- 6) Una volta cotti, lascia riposare gli involtini per qualche minuto, rimuovi lo spago da cucina e taglia gli involtini a fette spesse.
- 7) Disponi le fette su un piatto da portata e guarnisci con un filo d'olio extravergine d'oliva, una spolverata di pecorino grattugiato e rosmarino fresco.