

# Pacchetti di pollo e funghi in pasta fillo

## INFORMAZIONI

- 2 persone
- **400Kcal** a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **45 minuti**
- ricetta **light**
- si può **preparare in anticipo**
- si può **mangiare fuori**

## INGREDIENTI

- 200 g di petti di pollo
- 200 g di funghi champignon
- 2 scalogni
- 4 rametti di prezzemolo
- 3 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- Sale
- Pepe nero macinato al momento
- 250 ml di Brodo vegetale
- 4 fogli di Pasta fillo 30x30 cm



## PREPARAZIONE

- Tagliare il pollo a piccole listarelle eliminando le parti grasse o cartilaginose.
- Pulire i funghi togliendo la parte terrosa con le radichette e lavarli sotto acqua fresca corrente. Affettarli.
- Pulire gli scalogni rimuovendo lo strato più esterno di consistenza cartacea e tagliarli a spicchietti.
- Lavare il prezzemolo, tamponarlo con carta da cucina, selezionarne le foglie e tritarle finemente con la mezzaluna su un tagliere.
- Mettere in una padella 1 cucchiaino d'olio e portarla sul fuoco. Dopo pochi istanti unire gli spicchietti di scalogno e farli appena imbiondire. Unire i funghi affettati, un cucchiaino di prezzemolo tritato, un pizzico di sale, una macinata di pepe e cuocere coperto, a fiamma media per 5-6 minuti. Se il fondo di cottura dovesse asciugarsi troppo unire qualche cucchiaino di brodo vegetale.
- Trascorso il tempo indicato scoperchiare, alzare la fiamma e unire le listarelle di pollo. Farlo cuocere a fiamma vivace per 5 minuti circa, unendo un pizzico di sale ed una macinata di pepe.
- Stendere un foglio di pasta fillo e spennellarlo da un lato con l'olio, quindi sovrapporre un altro foglio.
- Mettere al centro della pasta metà del composto di pollo e funghi, quindi chiudere a pacchetto ripiegando i quattro lati.
- Mettere i pacchetti così preparati su una teglia coperta da un foglio di carta da forno e spennellarli con l'olio rimasto.
- Infornare a 200°C per 12 minuti circa, prolungando la cottura se dovesse occorrere per far ben dorare in superficie.

## STAGIONE

Ricetta per tutte le stagioni

## AUTORE

Ricetta realizzata da Barbara Farinelli. Fotografia di Giovanni Caprilli. Tutti i diritti riservati.

### I consigli di Barbara

In genere per unire i due fogli di pasta fillo e per spennellarne la superficie una volta chiusi è sufficiente un cucchiaino d'olio.

E' possibile preparare i pacchetti in anticipo e conservarli in frigorifero, ben coperti da pellicola trasparente. Cuocerli soltanto nel momento di mangiarli.