

## Crocchette di pollo *(Fast food)*



### Preparazione

Disossate il pollo e tagliatene la polpa a dadini. Mettetelo in un mixer o robot da cucina e frullate. Aggiungete il grana, il prezzemolo, poi il pane ammollato nel latte e strizzato, il sale e il pepe. Tritate ancora. Con questo impasto formate delle crocchette che passerete nell'uovo prima e nel pangrattato poi. Friggete oppure passate in forno a 200 gradi per 20 minuti.

### Consigli

Se volete rendere le vostre crocchette più golose, aggiungetevi qualche altro ingrediente secondo la vostra fantasia, come affettati o formaggi. Queste crocchette sono ottime fritte, ma sono buonissime anche se preparate al forno. In questo modo offrirete ai vostri commensali una variante di questo piatto un pò più sana.

### Curiosità

Le crocchette così preparate e cotte in forno sono assolutamente prive di grassi!

### Informazioni

**Preparazione** 30 minuti

**Cottura** 20 minuti

**Dosi per** 4 persone

**Difficoltà** Facile

la terra di **Puglia**



### ACQUISTA SUL NOSTRO SHOP

Autentici prodotti di Puglia solo su  
[shop.laterradipuglia.it](http://shop.laterradipuglia.it)

**Sconto del 10%**

utilizzando questo codice entro 31/12

RICETTE-2016

[clicca qui per accedere](#)

### Ingredienti

**Pollo** (300 gr di polpa di pollo crudo, della parte che preferite)

**Pane** (mezzo panino ammollato nel latte tiepido)

**Prezzemolo** (mezzo mazzolino di prezzemolo)

**Grana** 50 grammi

**Uova** 2 unità

**Sale**

**Pepe**