KIKKOMAN

Cosce di pollo croccanti al burro di arachidi

Tempo totale **60 Min** **15 Min** Tempo di preparazione **45 Min** Tempo di cottura

INGREDIENTI

2 Porzioni

4	cosce di pollo, con o senza osso (500–600 g in totale)
4 cucchiai	di olio vegetale
75 g	di burro di arachidi croccante
6 cucchiai	Salsa Teriyaki per Wok con Sesamo Tostato Kikkoman
4 cucchiai	Panko Kikkoman - Pangrattato in Stile Giapponese
2	cipolle rosse
1	piccolo peperone rosso
1	piccolo peperone giallo
250 g	di cimette di broccoli

PREPARAZIONE

Passaggio 1

4 osce di pollo, con o senza osso (500–600 g in totale) - **2 cucchiai** di olio vegetale

Friggi le cosce di pollo con la pelle verso il basso in un wok con un filo d'olio a fuoco medio per 20 minuti. Gira le cosce e cuoci per altri 5 minuti.

Passaggio 2

75 g di burro di arachidi croccante - **6 cucchiai** Salsa Teriyaki per Wok con Sesamo Tostato Kikkoman **4 cucchiai** Panko Kikkoman - Pangrattato in Stile Giapponese

Preriscalda il forno a 220°C (ventilato con grill). Mescola il burro di arachidi con la Salsa Teriyaki con Sesamo Kikkoman. Disponi le cosce di pollo in una pirofila, spennella con il composto di teriyaki e burro di arachidi e cospargi con il Panko Kikkoman. Versa il grasso rimasto nel wok sopra il pangrattato.

Passaggio 3

2 cipolle rosse - **1** piccolo peperone rosso - **1** piccolo peperone giallo

Sbuccia le cipolle e tagliale a spicchi lasciando la base attaccata per mantenere insieme i pezzi. Taglia i peperoni a pezzi di 3 cm.

Passaggio 4

2 cucchiai di olio vegetale - **250 g** di cimette di broccoli - **4 cucchiai** Salsa Teriyaki per Wok con Sesamo Tostato Kikkoman

Aggiungi le cipolle e i peperoni nel wok con l'olio e cuoci a fuoco medio per 5 minuti. Unisci le cimette di broccoli e cuoci altri 5 minuti. Glassale brevemente con la Salsa Teriyaki con Sesamo Kikkoman

Passaggio 5

Mentre le verdure cuociono, metti le cosce di pollo sul secondo ripiano del forno dall'alto e cuoci fino a doratura, circa 4–6 minuti a seconda del forno. Controlla costantemente: appena il pangrattato inizia a dorarsi può bruciare rapidamente. Servi il pollo con le verdure.