

Arrotolato di pollo agli asparagi

Ingredienti:

Le quantità possono essere modificate a piacimento, secondo i propri gusti e il numero delle persone a tavola!

petti di pollo	g	700
asparagi (ancora da pulire)	g	300
uova	pz	2
pancetta affumicata a fette	g	150
sale e pepe		QB
rete di maiale		QB

Preparazione:

Ricavare da ogni petto di pollo due o tre fette sottili (o farle preparare dal macellaio!) e batterle lievemente appena prima di cominciare a formare l'arrosto.

Pulire gli asparagi e tenere da parte le parti più dure e poco appetibili (serviranno a preparare una [salsa agli asparagi](#) con cui servire l'arrocolato)

Cuocere gli asparagi (io preferisco farli a vapore) e tenerli da parte.

Sbattere le due uova con poco sale e pepe e preparare una frittata sottile; tenerla da parte.

Disporre le fette di pollo, lievemente sovrapposte in modo da non lasciare spazi liberi, sulla rete di maiale o su del film da cucina (o anche carta forno)

e coprirla poi con la frittatina facendo attenzione a lasciare su tutti i lati un margine libero di un paio di centimetri.

Quindi disporre al di sopra le fette di pancetta affumicata e quindi gli asparagi, cercando di distribuire le punte lungo tutta la superficie.

Ora salare e pepare e cominciare a ripiegare un margine libero di pollo (nel senso della lunghezza degli asparagi) sopra il ripieno e quindi ad arrotolare il tutto su sé stesso come [uno strudel](#) in modo da alternare gli strati di carne a quelli di ripieno.

Se si è usata la rete di maiale, fermare l'arrocolato sarà semplicissimo; altrimenti andrà appoggiato col lato di chiusura sulla griglia e spennellato con un po' d'olio (ci sono anche in commercio delle reti di spago alimentare elastico, volendo).

Attenzione: se si usa la rete di maiale non è necessario spennellare d'olio; l'arrosto non si seccerà e si manterrà morbido.

Avvolgerlo in una pellicola di plastica e tenerlo in frigo per almeno un'ora. (io preferisco prepararlo la sera prima di infornarlo).

Al momento di cucinare deporre l'arrosto in una teglia da forno con griglia e infornare nel forno caldo a 180° per un'ora.

Appena pronto avvolgerlo in un foglio d'alluminio e lasciarlo intiepidire per un buon quarto d'ora nello scaldavivande o nel forno spento: resterà più compatto al momento di affettarlo.

Servirlo decorato con una salsa agli asparagi (preparata come nella [ricetta del ragù di asparagi](#)) e accompagnato da patate novelle al forno e altri asparagi.