



Tacos all'italiana di tagliata di pollo e pomodoro

con cipolle caramellate e ricotta al basilico

Poche calorie

Preparation time : 25 min.



What did you think of this recipe?
Scan the QR code to share your feedback.

Find the full recipe and preparation details online.
<https://hfresh.cottey.fr/it-IT/recipes/tacos-allitaliana-di-tagliata-di-pollo-e-pomodoro-477>

Detach me! _____

Before you start

Plan ahead by checking the use-by dates of your ingredients. Rinse fresh produce and prepare the quantities listed below.

Utensils

Padella, Ciotolina

Ingredients for 1-6 people

Ingredient	2p	4p	6p
Mini Tortilla Di Farina Bianca (pacchetto)	1	1	3
Tagliata di pollo (pacchetto)	2	4	6
Pomodoro (pezzo(i))	1	2	3
Basilico (g)	5	10	15
Cipolla (pezzo(i))	1	2	3
Insalata Mista (g)	100	200	300
Ricotta (pacchetto)	1	2	3
Olio d'oliva (q.b.)	to taste	to taste	to taste
Sale (q.b.)	to taste	to taste	to taste
Zucchero (cucchiaino)	1	2	3
Aceto balsamico (cucchiaio)	2	4	6
Pepe (q.b.)	to taste	to taste	to taste
Add yourself			

Salt, pepper, oil and water according to taste.

Nutritional values

Per serving	Amount
Energia	648 Kcal
Energia (kj)	2710 kj
Grassi	18.9 g
di cui Acidi Grassi Saturi	10.3 g
Carboidrati	60 g
di cui Zuccheri	12.3 g
Fibre	2.5 g
Proteine	55.5 g
Sodio	752 mg

Allergens

Farro (Glutine), Avena (Glutine), Può contenere tracce di allergeni, Cereali contenenti glutine, Sedano, Soia, Pesce, Latte, Grano (Glutine), Uova, Senape, Orzo (Glutine)

Always check the product labels for allergen information.

1

Step 1

Sbucciate le **cipolle** e affettatele sottilmente.

Rosolatele in padella con un filo d'**olio** e un pizzico di **sale** per 3-4 minuti, mescolando ogni tanto.

Aggiungete un goccino d'acqua, lo **zucchero**, l'**aceto balsamico** e proseguite la cottura a fuoco basso per 8-9 minuti, finché saranno tenere e traslucide.

2

Step 2

Scaldate un filo d'**olio** in una padella su fuoco medio e rosolate la **tagliata di pollo** per 4-5 minuti, finché sarà dorata.

Condite con **sale** e **pepe** a piacere.

3

Step 3

Tagliate il **pomodoro** a fette.

Condite l'**insalata mista** con **aceto**, **olio**, **sale** e **pepe** a piacere.

Tritate finemente il **basilico** e mescolatelo in una ciotolina con la **ricotta**.

Scaldate le **tortillas** in una padella calda senza condimenti per circa 1 minuto per lato.

4

Step 4

Spalmate la **ricotta** al **basilico** sulle **tortillas**.

Disponete l'**insalata**, il **pollo**, le fette di **pomodoro** e le **cipolle** caramellate.

Enjoy your meal!