PETTI DI POLLO CON RIPIENO DI SPINACI

Ingredienti per 4 persone

- 2 petti di pollo interi e con la pelle, da cui ricavare 4 mezzi petti,
- 2 cucchiai d'olio extra vergine,
- 1 cucchiaio di timo ,
- 1/2 cucchiaino di sale

Per il ripieno:

- 1 cipolla di media grandezza tagliata sottile,
- 1 cucchiaio d'olio extravergine,
- 1 cucchiaio di burro,
- 450 gr. di spinaci lavati, mondati e tritati,
- 1/2 tazza di ricotta,
- 1/2 tazza di parmigiano,
- 2 foglie di basilico tritate,
- pepe nero.

Per la salsa:

- 1 tazza di yogurt intero,
- 1 cucchiaio d'aceto rosso,
- un pizzico di sale,
- uno di pepe nero,
- 1 pomodoro pelato senza semi e tagliato a pezzetti,
- 4 foglie di basilico tritate.

Per preparare il ripieno:
far rosolare la cipolla con un cucchiaiod'olio ed uno di burro, a fuoco lento per 15 minuti, senza che si scurisca troppo.
Unire gli spinaci al soffritto. Cuocere a fuoco lento per circa 10 minuti, lasciando evaporare bene l'acqua degli spinaci.
Trasferire il composto in una terrina e lasciar raffreddare.
Aggiungere gli altri ingredienti, mescolando accuratamente.

Per preparare i petti di pollo:
inserire un dito tra la carne e la pelle dividendole, lasciando però la pelle attaccata su un lato, in modo da formare una tasca, in cui introdurre il ripieno.
In una pirofila sistemare i petti di pollo ripieni con la pelle rivolta verso l'alto, ungerli con due cucchiai d'olio e cospargerli di sale e timo. Infornare ad una temperatura di 200 gradi per 45 minuti, finchè la pelle sarà dorata.
Togliere la pirofila dal forno, aspettare qualche minuto che si raffreddi, quindi tagliare ciascun petto di pollo a fette spesse circa 1 cm. Disporre le fette su un piatto da portata e servire a parte la salsa di yogurt.

Per preparare la salsa:

mescolare insieme lo yogurt, il sale e l'aceto. Aggiungere parte del pomodoro e del basilico ed insaporire con il pepe. Sistemare la salsa in una coppetta e guarnire con il restante pomodoro e basilico.

Consigli utili:
questo piatto può essere accompagnato con peperoni rossi arrostiti e riso pilaf.