



## Bocconcini di tacchino agli agrumi con tortino di patate e salvia

### INGREDIENTI PER 2 PERSONE

250 g di fesa di tacchino

**1 mandarino**

**1/2 lime**

**1/2 limone**

**1/2 pompelmo rosa**

**1/2 arancia**

1 cucchiaino di zucchero di canna

farina q.b.

2 patate

2-3 foglie di salvia

senape q.b.

**olio extravergine d'oliva**

sale e pepe



### PREPARAZIONE

Preparazione: 40 minuti

- Lava la fesa di tacchino, elimina il grasso e riducila a bocconcini di due centimetri per lato.
- Nel frattempo spremi tutti gli agrumi e filtrane il succo.
- Scalda una padella con un filo d'olio.
- Infarina bene i bocconcini di tacchino e falli rosolare in padella in modo che si crei una crosticina intorno.
- Una volta dorati i bocconcini, aggiungi la spremuta e un cucchiaino di zucchero di canna per caramellare la salsa.
- Lascia cuocere fino a fine cottura del tacchino.
- Nel frattempo sbuccia le patate, tagliale a fettine spesse qualche mm e cuocile in acqua bollente salata senza farle sfaldare; quindi scolale e tamponale con carta da cucina.
- Scalda una padella con un filo d'olio.
- Componi un tortino con 6-7 fette di patate alternando una fetta di patata con poca salvia tritata finemente e una fetta di patata spalmata con mezzo cucchiaino di senape e finendo con una patata.
- Quando l'olio è caldo, disponi il tortino in padella e fai rosolare prima un lato e poi l'altro.
- Servi i bocconcini di tacchino con la loro salsa caramellata insieme al tortino di patate.

### LO SAI CHE?

In caso di diarrea è bene limitare l'assunzione di fibra ed evitare cibi piccanti o irritanti, mentre è particolarmente indicato l'uso di agrumi (filtrati) per il loro noto effetto "astringente".

Promossa da

In collaborazione con

Realizzato con il sostegno  
non condizionato di