OLIO CUORE

Pollo arrosto

Ingredienti

- 1 kg pollo pulito, fiammeggiato e lavato
- rosmarino
- salvia
- alloro
- timo
- 1 spicchio aglio
- ½ limone
- 2 cucchiai **Olio Cuore**
- **Sale Iposodico Iodato Cuore**
- pepe nero macinato
- per servire insalata mista

- **Portata: Secondi**
- **Tempo: 15''**
- **Persone: 4**
- **Calorie: 483.75 Kcal**
- **Grassi: 32.50 g**

Preparazione

- In una ciotola versare 1/2 cucchiaino di rosmarino, 1/2 cucchiaino di salvia, 1/2 cucchiaino di alloro, 1/2 cucchiaino di timo, l’aglio tritato e un poco di sale.

- Completare con la buccia grattugiata di ½ limone e mescolare.

- Riempire il pollo con il trito aromatico (conservarne a parte 1 cucchiaino) e legarlo con spago da cucina.

- Pennellare il pollo con l’**Olio di Mais Cuore.**

- Cospargere la superficie con il trito di erbe aromatiche rimasto, poi trasferire in una teglia unta, salare e pepare.

- Infornare a 190° per 70 minuti.

- Servire il pollo con il contorno di insalata mista.

La ricetta è stata preparata con:

Olio di Mais

Sale Iposodico