

### 13. Rotolo rosso e verde



4 Portionen

#### Ingredienti:

2 petti di pollo  
2 cucchiari di concentrato di pomodoro  
100 grammi di olive nere  
60 grammi di semi di girasole  
½ mazzo di prezzemolo  
olio di oliva  
sale

#### Preparazione:

1. Tagliare la carne, farne quattro bistecche e allargarle sul tagliere.
2. Snocciolare le olive e tritarle nel mixer con i semi di girasole e il prezzemolo.
3. Aggiungere un po' d'olio per farne un impasto spalmabile.
4. Spalmare sulle bistecche prima il concentrato di pomodoro e poi l'impasto.
5. Arrotolarle e fissarle con uno stuzzicadenti.
6. Friggere nell'olio caldo. Eventualmente tagliare a fettine prima di servire.