

Club sandwich di grano saraceno senza glutine



- DIFFICOLTA': Facile
- TEMPO DI PREPARAZIONE: 40 min
- TEMPO DI COTTURA: 15 min
- PORZIONI: 4 Persone

Introduzione:

Il club sandwich è un sandwich statunitense composto da pane

tostato, pollo o tacchino, bacon, pomodoro e maionese. Nulla lasciato a caso nella composizione perchè il palato incontristrato dopo strato tutti gli ingredienti.

Il primo club sandwich è stato realizzato nel 1899 dallo chef Danny Mears a New York.

Questo panino multistrati, era anche molto apprezzato da Eduardo VIII d'Inghilterra e lo faceva preparare solo dalla moglie Wallis Simpson.

E' arrivato fino a noi come spuntino veloce, perfetto per un picnic, per una cena tra amici o anche come sfizioso piatto di recupero.

[Ingredienti:](#)

[Cosa serve:](#)

[Consigli:](#)

Ingredienti:

Piadina:

230 g di Farina di Riso S.G.

20 g di Grano Saraceno S.G.

1 c di Olio Extra vergine

1 pizzico di Bicarbonato

200 ml di Acqua tiepida

Q.b. Sale rosa

Farcitura:

600 g di Petto di pollo

300 g di Zucchine arrostate

200 g di Peperoni arrostiti

200 g di Soncino

Q.b. Olio Extra vergine

Q.b. Sale rosa

Q.b. Rosmarino fresco

Cosa serve:

Mattarello

Pellicola trasparente

Farina di Riso

Farina di Grano saraceno

Consigli:

Lasciar riposare l'impasto per 30 minuti avvolto nella pellicola a temperatura ambiente

Procedimento:

In una ciotola versare le due farine setacciate con un pizzico di bicarbonato, sale e l'olio.

Amalgamare tutti gli ingredienti, Aggiungere un pò alla volta l'acqua, quando l'impasto risulterà sodo e omogeneo, trasferirlo su una spianatoia , spolverizzata con farina di riso , lavorare ancora l'impasto e lasciarlo riposare per almeno 1 ora , avvolto nella pellicola a temperatura ambiente. Passato il tempo, dividere l'impasto in 4 parti, stendere le piadine e farle cuocere in padella antiaderente ambo i lati fino a doratura.

Ogni piadina deve essere di 110g per persona. Potete formare anche dei piccoli dischi, da creare più strati per la farcitura.

Procedimento per la farcitura:

Su una griglia ben calda , arrostitire le verdure.

Nel frattempo insaporite il pollo con olio, rosmarino, sale e pepe.

In una padella antiaderente, ben calda, cuocere il pollo, da entrambi i lati, per far si che si formi la crosticina esterna, che darà al pollo croccantezza all'esterno e morbidezza all'interno.

Adagiare su ogni piadina, insalata e verdure, precedentemente condite con olio e sale, e infine il pollo.