



Avocados rellenos

[Del 01/06/2006 | Sezione: [Antipasti & sfizi](#) | Categoria: [Formaggio](#)]

Ingredienti: per 4 persone: 4 avocado, 250 di formaggio cheddar, 200 g di petto di pollo arrosto, 1 tazza di riso, 2 cipolle, 1 uovo, 1 tazza di brodo di pollo, 4 cucchiari di prezzemolo tritato, 2 cucchiari di burro, 1 cucchiario di succo di limone, sale

Fate rosolare nel burro le cipolle tritate finemente. Aggiungetevi il riso, fatelo soffriggere per 3 minuti mescolando con un cucchiario di legno. Versatevi il brodo di pollo, salate e lasciate cuocere a fuoco moderato per 20 minuti. Tagliate il petto di pollo in pezzi piccoli ed unitevi il prezzemolo, la metà del formaggio grattugiato e l'uovo. Quando il riso sarà cotto, aggiungetevi il composto preparato con il pollo e mescolate con cura, in modo da sciogliere il formaggio. Mondate gli avocados, tagliateli a metà, eliminate i noccioli ed estraete delicatamente la polpa con un cucchiario. Tagliatela quindi a dadini e mescolatela al riso. Bagnate gli avocados tagliati a metà con il succo di limone, disponeteli in una pirofila imburrata e riempiteli con l'impasto precedentemente preparato, spargetevi sopra il resto del formaggio e fateli cuocere in forno a 220 gradi fino allo scioglimento del formaggio.

[[Versione PDF](#) | [Versione per la stampa](#) | [Segnala ad un amico](#)]