ottobre 2010

UFFA … IL SOLITO POLLO

Nelle nostre case si cucina sovente il pollo , vuoi perché ha un prezzo ragionevole e lo si trova già pulito e tagliato , vuoi perché cuoce in fretta ed è consigliato per la carne magra , ma , diciamocelo francamente , dopo un po' ci si stufa .

Vi spiego qualche trucchetto per renderlo diverso dal solito pollo lesso , arrosto , ai ferri , alla cacciatora eccetera .

Per rendere meno " colesterolica " la ricetta , si può usare un po' di besciamella invece della panna , ma il principio e la fine sono sempre uguali

Ricetta base per tanti polli

Per 6 persone

12 sovracosce di pollo senza pelle
25 / 30 grammi di burro
1 dado di " soffritto Knorr "
un po' di farina bianca
½ bicchiere di cognac
½ bicchiere di acqua

** lavare e asciugare bene i pezzi di pollo
** infarinarli scuotendoli per far cadere l' eccesso di farina

in una padella grande che li contenga tutti non sovrapposti

** far soffriggere (ma appena appena) il burro con il dado
** mettere il pollo e farlo dorare da una parte e dall' altra
** aggiungere il cognac e l' acqua , mettere il coperchio e far cuocere (girando i pezzi badando che non si attacchino) fino a cottura ultimata

togliere il pollo dalla padella e tenerlo al caldo : con un cucchiaio di legno staccare dalle pareti e dal fondo della padella il sugo di cottura e se è poco aggiungere un po' d' acqua e cognac : la " puccina" deve essere abbondante e capirete il perché .

A questo punto cominciano le varianti con le salsine : .

all' uovo e limone

3 uova
il succo di due limoni

** in una ciotola sbattere bene le uova con il succo dei limoni e lasciar riposare qualche minuto in modo che il limone si emulsioni bene con le uova
io li preparo un quarto d' ora prima
** nella padella lontana dal fuoco , versare le uova e mescolare bene con il sugo di cottura .
** rimettere sulla fiamma bassissima e mescolare finchè la salsina si è rappresa bene , attenti a non fare la stracciatella
** rimettere il pollo nella padella , far insaporire per qualche minuto e servir**e**

al pompelmo

2 pompelmi rosa sbucciati a vivo e ridotti a spicchi senza le pellicine
qualche rametto di timo meglio fresco che secco

** tagliere gli spicchi a metà , infarinarli appena appena
** metterli nella padella con tutto il succo formatosi nella preparazione
** cuocere mescolando per qualche minuto
** rimettere il pollo - far insaporire
** spolverare con le foglioline di timo e servire

alle pere con la senape

2 / 3 pere mature ma non molto dolci
1 cucchiaino di senape - a gusto più o meno piccante
1 bicchierino di cognac
gr.100 di panna da cucina

** nel solito sugo di cottura del pollo far rosolare per 3 minuti le pere sbucciate e tagliate a pezzetti
** versare la senape , il cognac e la panna
** mescolare bene finchè è tutto amalgamato
** rimettere il pollo - far insaporire e servire

al gorgonzola

250 grammi di gorgonzola dolce o piccante oppure metà e metà
dipende dai gusti - io uso metà e metà
200 grammi di panna da cucina

** nel solito fondo di cottura del pollo mettere la panna e poi il gorgonzola tagliato a pezzetti
** mescolare finchè il formaggio si è sciolto bene
** rimettere il pollo - far insaporire e servire

come servire tutti questi polli ?
siccome hanno tanta *" puccina "* possono essere serviti in 3 modi , ma mi raccomando ben caldi , altrimenti le salsine si rapprendono :

** con le patate lessate
** con la purea di patate
** con il riso bollito o pilaf e così diventa un piatto unico .

per le dosi della senape e per il tipo di gorgonzola non sono stata proprio precisa : dipende dal vostro gusto , cioè se amate i sapori più o meno accentuati .
Il pollo va eventualmente salato in fine di cottura , ricordate che c' è il dado ! .