



CARNE

# Pollo in fricassea



4 PORZIONI



DIFFICOLTÀ



COSTO



TEMPO DI PREPARAZIONE  
10 MIN



TEMPO DI COTTURA  
25 MIN



CALORIE  
490K

NOTE

## INGREDIENTI

800 g di Petti di pollo

2 Tuorli

1 Limone bio

1 costa di Sedano

1 Cipolla

Timo

Prezzemolo fresco

400 ml di Brodo vegetale

10 cl di Vino bianco secco

40 g di Farina 0

40 g di Burro

2 cucchiaini di Olio extravergine di oliva

Sale

Pepe

## Preparazione

- Portate a leggera ebollizione il brodo in un pentolino.
- Intanto tagliate il petto di pollo a pezzi abbastanza grossi, infarinateli e scuotete la farina in eccesso.
- Mondate, lavate e tritate il sedano e la cipolla. Ponete l'olio e il burro in una casseruola e fateli scaldare, poi unite il trito e soffriggete lentamente, per circa 5 minuti, mescolando sempre.
- Alzate la fiamma e aggiungete il pollo; fatelo dorare, girandolo via via perché si rosoli in modo uniforme. Alla fine sfumate con il vino, salate, abbassate la fiamma al minimo e mettete il coperchio.
- Cuocete per 15-20 minuti, secondo la grandezza dei pezzetti di pollo, e unite il brodo caldo un po' alla volta, in modo che il fondo di cottura non si asciughi; se il brodo non dovesse essere sufficiente, potete aggiungere anche acqua calda. A metà cottura unite del prezzemolo tritato e qualche fogliolina di timo.
- Nel frattempo versate i tuorli in una ciotolina e sbatteteli leggermente con una forchetta. Aggiungetevi un pizzico di sale, una spolverata di pepe, il succo del limone e mescolate.
- Togliete il pollo dal fuoco e versatevi a filo il composto di tuorli e limone, mescolando velocemente perché si amalgami bene al sugo del pollo. Mettete il coperchio, aspettate un paio di minuti finché si sarà formata una crema densa ad avvolgere la carne, quindi servite.

Carla Marchetti