SECONDI PIATTI

Pollo al curry veloce

LUOGO: Asia / India

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: molto bassa PREPARAZIONE: 15 min COTTURA: 20 min COSTO: basso REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile

Hai voglia di **portare in tavola qualcosa di diverso**, un piatto che profuma di Paesi lontani, ma il tempo è sempre poco? Ho la soluzione perfetta per te: **la ricetta del mio pollo al curry veloce**. Dimentica le preparazioni infinite, perché con questo metodo furbissimo porterai in tavola un secondo piatto esotico, cremoso e saporitissimo in un batter d'occhio.

Questa non è una semplice ricetta, ma un vero e proprio **asso nella manica** per trasformare una cena infrasettimanale in un piccolo evento. Il petto di pollo, tenero e succoso, viene avvolto da una salsa al curry e latte così vellutata che ti verrà voglia di fare

la scarpetta (e con dei crostini di pane abbrustolito, è la morte sua!). È un piatto che piace a tutti e che puoi personalizzare come preferisci, magari servendolo con del classico riso pilaf o, perché no, con delle semplici patate al forno per un tocco più nostrano.

Ingredienti per cucinare il pollo al curry veloce

PETTO DI POLLO 800 gr

LATTE INTERO 300 gr

MAIZENA 40 gr

CURRY 2 cucchiai da tè

BURRO 1 cucchiaio da tavola

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)

SALE

Per servire il pollo al curry

RISO BASMATI cotto per assorbimento -

Come si prepara il pollo al curry veloce

1 Per cucinare il pollo al curry veloce, versa il latte in un pentolino e aggiungi il curry, accendi il fuoco e porta a leggero bollore mescolando e poi spegni.

N.B. al posto del latte vaccino, puoi usare anche delle bevande vegetali come ad esempio quella di riso.

Pulisci il petto di pollo e taglialo a fette spesse circa 1 cm.

2 In una casseruola bassa, sciogli una noce di burro con un filo d'olio.

Passa ogni fetta di pollo nell'amido di mais e mettile a rosolare nella casseruola. Dopo un minuto, girale e lasciale rosolare anche dall'altro lato.

3 Cuoci ancora per circa un minuto, infine trasferisci il latte al curry nella casseruola del pollo. Correggi di sale e lascia cuocere per 5/10 minuti.

Dopo circa 10 minuti di cottura, il pollo al curry veloce è pronto, servilo caldissimo accompagnato da crostini di pane abbrustolito.

Trucchi, consigli e riduzione dello spreco alimentare

Fidati di me, con questi piccoli accorgimenti il tuo pollo sarà impeccabile.

Pollo super tenero: Il trucco per un pollo che si scioglie in bocca è l'amido di mais (la maizena!). Passare i bocconcini di pollo nell'amido prima di rosolarli crea una leggerissima "crosticina" che sigilla i succhi all'interno, mantenendo la carne incredibilmente morbida. In più, aiuta ad addensare la salsa, rendendola perfettamente cremosa.
Un curry più aromatico: Vuoi un sapore ancora più intenso? Prima di versare il latte nel pentolino, fai tostare la polvere di curry a secco per una trentina di secondi a fuoco basso. Questo piccolo passaggio sprigionerà tutti gli oli essenziali delle spezie, regalando al piatto un profumo pazzesco.
Non buttare il pane raffermo! La ricetta suggerisce di servire il pollo con crostini di pane. Quale occasione migliore per usare il pane del giorno prima? Taglialo a cubetti, passalo in padella con un filo d'olio e uno spicchio d'aglio finché non sarà dorato e croccante. Zero sprechi e massimo gusto!

Come si conserva il pollo al curry veloce

Se ti avanza del pollo al curry (ma ne dubito!), puoi conservarlo tranquillamente. Mettilo in un contenitore ermetico e riponilo in frigorifero per un massimo di 2 giorni. Quando vorrai mangiarlo, ti basterà scaldarlo a fuoco dolce in una padella, aggiungendo un goccino di latte se la salsa si fosse addensata troppo.
Sconsiglio di congelarlo, perché le salse a base di latte e amido possono cambiare consistenza una volta scongelate.

Potresti cucinare anche...

Pollo alle Mandorle: Un altro grande classico della cucina orientale, con un delizioso contrasto tra il morbido del pollo e il croccante delle mandorle.
Biryani di pollo: Ecco un altro piatto esotico in cui pollo e riso formano un team vincente!

Zucchine in padella: Un contorno semplice e veloce che si sposa benissimo con la cremosità del curry, per un pasto completo e bilanciato.