

SECONDI PIATTI

Pollo alle 5 spezie

LUOGO: *Asia / Cina*

DOSI PER: *4 persone* DIFFICOLTÀ: *bassa* PREPARAZIONE: *10 min* COTTURA: *50 min* COSTO: *basso*

REPERIBILITÀ ALIMENTI: *media*

NOTE: *24 ORE DI MACINATURA + 6 ORE DI ASCIUGATURA*



La prima domanda che sento rieccheggiare nell'etere redigendo questa ricetta è: sì, vabbè, 5 spezie...ma quali sono queste 5 spezie?

In realtà si tratta di un mix di spezie prestabilito, molto utilizzato nella cucina cinese ma ormai diffusosi anche in altre cucine orientali. La composizione di questa miscela di spezie comprende l'anice stellato, i semi di finocchio, chiodi di garofano, cannella e pepe di Sichuan scelti ciascuno per le proprie caratteristiche organolettiche per andare a formulare un mix che

comprendesse tutti i possibili sapori: dolce, salato, amaro, acido e pungente.

Ottimo negli stufati, soprattutto di carni grasse, noi l'abbiamo voluto provare con il pollo e vi assicuriamo che ne vale davvero la pena.

INGREDIENTI

POLLO di circa 1,2 kg - 1

SALSA DI SOIA 1 tazza

ACQUA 1 l

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)

5 SPEZIE

SALE

PREPARAZIONE

- 1 Preparate la marinata per il pollo: riunite in una ciotola la salsa di soia e l'acqua e mescolate bene.



2 Dividete il pollo in pezzi, va bene anche semplicemente separare la parte anteriore da quella posteriore, dopo averlo pulito e fiammeggiato e trasferiteli in sacchetti per il gelo, due o tre per sacchetto.

Versate la soluzione di acqua e soia in ciascun sacchetto e chiudete con i relativi laccetti. Riponete il tutto in frigorifero per 24 ore.





- 3** Trascorso il tempo per la marinatura, riprendete il pollo, scolatelo e trasferitelo sulla carta da cucina per asciugarlo bene.



- 4** Rimuovete la parte finale delle ali che brucierebbero in cottura, massaggiare i pezzi di pollo con le 5 spezie e trasferitelo in una placca da forno rivestita di carta forno.

Lasciate asciugare il pollo fuori dal frigorifero per almeno 6 ore.



5 Infornate a 200°C e lasciate cuocere per almeno 50 minuti. Sfornate e servite.



