

SECONDI PIATTI

# Pollo al curry

di: *marble*

LUOGO: **Europa / Italia**

DOSI PER: **4 persone**    DIFFICOLTÀ: **bassa**    COSTO: **basso**    REPERIBILITÀ ALIMENTI: **facile**



Il **pollo al curry** veloce è una ricetta semplicissima da fare soprattutto quando abbiamo voglia di qualcosa che non sia la solita fettina di pollo! Questa ricetta poi è davvero semplice, ed è perfetta per chi non ha molta esperienza in cucina tra i fornelli. Ricordatevi che esistono vari tipi di curry, più o meno piccanti e quindi se dovete fare questa ricetta per la prima volta, sceglietelo in base ai vostri gusti, ma il gusto del piatto finale vi conquisterà di certo! Se amate molto la carne bianca provate anche il [pollo alla cacciatora](#).  
..speciale!

## INGREDIENTI

SOVRACOSCE DI POLLO 4  
CIPOLLE 2  
CAROTE 2  
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4  
cucchiaini da tavola  
LIMONE solo il succo - 1  
YOGURT GRECO 200 gr  
CURRY 1 cucchiaino da tavola  
SALE

## PER ACCOMPAGNARE

RISO BASMATI

# PREPARAZIONE

- 1 Preparate per tempo gli ingredienti che vi serviranno per la ricetta del pollo al curry facile e veloce.



- 2 Come prima cosa spellare, disossare il pollo e tagliarlo a pezzetti.



- 3 Farlo cuocere in olio.



4 Una volta che tutti i pezzetti hanno preso colore,



5 aggiungere un trito finissimo di cipolla e carota.



6 Dopo un po', quando il tutto è ben insaporito aggiungere abbondante curry.



7 Mescolare.



**8** Aggiustare di sale, quindi portare a cottura o in pentola a pressione (10 minuti circa dal sibilo), altrimenti con la cottura normale per 15-20 minuti. Se occorre, aggiungere del liquido (brodo o acqua), se si utilizza la pentola a pressione prima di chiuderla, se si utilizza la cottura normale aggiungendo via via liquido caldo.

Ecco il pollo cotto.



**9** Una volta levato dal fuoco, aggiungere il succo di limone



10 e lo yogurt.



11 Intanto far cuocere il riso nella pentola a pressione da microonde solo con acqua e sale, si ottiene un riso praticamente cotto a vapore.  
Una volta ultimata la cottura, aggiungere un pezzetto di burro per farlo rimanere morbido.



12 Presentare il pollo accompagnato dal riso.



NOTE