

SECONDI PIATTI

# Pollo alla senape

---

LUOGO: **Europa / Italia**

DOSI PER: **4 persone**    DIFFICOLTÀ: **molto bassa**    PREPARAZIONE: **15 min**    COTTURA: **55 min**    COSTO:

**basso**    REPERIBILITÀ ALIMENTI: **facile**

NOTE: *3 ORE DI MARINATA*

---



## INGREDIENTI

POLLO 1

SENAPE 125 gr

SALE

Il pollo alla senape costituisce un secondo piatto particolare e gustoso. Un modo particolare per cuocere il solito pollo al forno.

La sua preparazione prevede giusto un paio di passaggi davvero semplicissimi ed il risultato sarà davvero di altissimo livello.

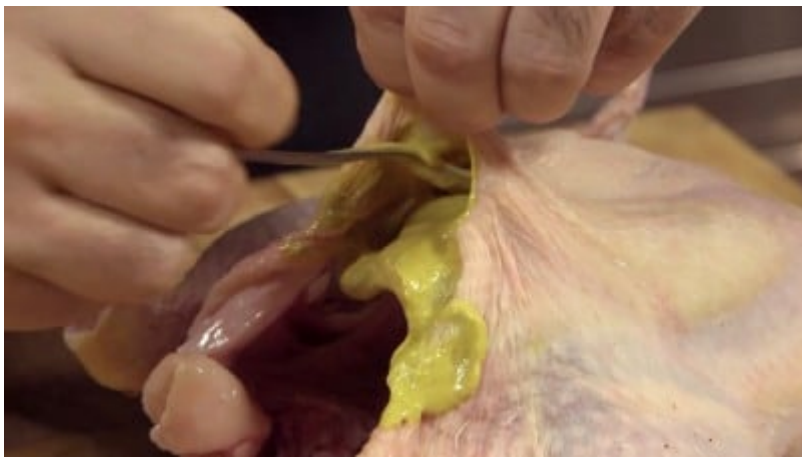
## PREPARAZIONE

- 1 Pulite il pollo dal grasso in eccesso qualora vi fosse e fiammeggiatelo così da rimuovere l'eventuale peluria residua.



- 2 Scollate delicatamente la pelle sopra il petto dalla polpa sottostante ed inserite un po' di senape tra la pelle e la polpa massaggiando delicatamente.





- 3** Trasferite il pollo su di una teglia ricoperta con un foglio di alluminio e cospargetelo con la senape rimasta in modo uniforme, su tutti i lati. Salate adeguatamente sia fuori che dentro.





4 Richiudete il pollo nell'alluminio e lasciatelo marinare per circa 3 ore in frigorifero.







- 5 Scaldate, quindi, il forno a 200°C e fatevi cuocere il pollo per circa 35 minuti sempre avvolto dall'alluminio.



- 6 Al termine della cottura, estraete il pollo dal forno ed aprite la carta alluminio, salate e infornate per altri 20 minuti affinché possa prendere un bel colore dorato.





**7** Servite il pollo alla senape ben caldo irrorato a piacere con il sugo di cottura.



