

SECONDI PIATTI

# Pollo con salsa thailandese

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#)

DOSI PER: [4 persone](#)    DIFFICOLTÀ: [bassa](#)    PREPARAZIONE: [20 min](#)    COTTURA: [40 min](#)    COSTO: [basso](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [media](#)



Il **pollo con salsa thailandese** è un secondo piatto particolarmente adatto a coloro che amano il piccante. Abbiamo trasformato un triste pollo lesso in una prelibatezza tutta da gustare, il trucco è la salsa: un composto equilibrato che racchiude il piccante dei peperoncini, l'aspro del lime, il dolce dei cipollotti e dello zucchero e la sapidità della salsa di pesce...

## INGREDIENTI

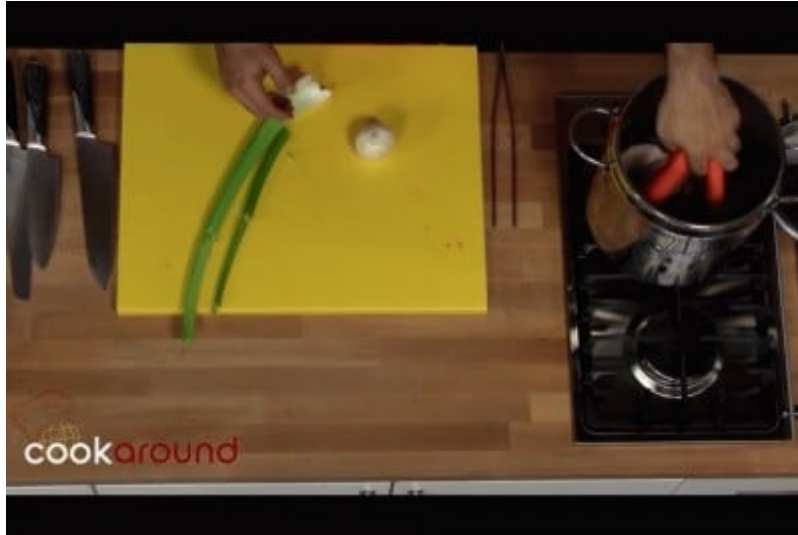
POLLO 2 kg  
CAROTE 2  
CIPOLLE 1  
SEDANO 2 coste  
PEPE MISTO in grani - ½ cucchiaini da tavola  
SPICCHIO DI AGLIO in camicia - 2  
SALE

## PER LA SALSA

CIPOLLOTTI tritati - 2  
PEPERONCINO ROSSO PICCANTE 1  
cucchiaino da tè  
SUCCO DI LIMONE o succo di lime - 1  
cucchiaino da tavola  
SALSA DI PESCE 1 cucchiaino da tavola  
ZUCCHERO 1 cucchiaino da tè

# PREPARAZIONE

- 1 Ponete il pollo in una pentola a pressione con le carote, la cipolla ed il sedano. Aromatizzate con dei grani di pepe misto, un paio di spicchi d'aglio in camicia e poco sale.



- 2 Riempite la pentola a pressione d'acqua a copertura del pollo, chiudetela e ponetela sul fuoco.

Fate cuocere il pollo circa 40 minuti da quando la pentola inizia a fischiare.

Al termine della cottura, prelevatelo dalla pentola a pressione e sezionatelo in pezzi e mettetelo da parte.



- 3 Realizzate, ora, la salsa d'accompagnamento: spremete il succo dal lime (circa un paio di cucchiaini) e trasferitelo in una ciotola.



- 4 Pulite i cipollotti, rimuovete le foglie esterne e tritatelo il più finemente possibile ed

unitelo alla ciotola con il succo di lime.



- 5 Unite alla ciotola con i cipollotti anche la salsa di pesce e mescolate bene per amalgamare bene i sapori.



- 6 Tritate finemente i peperoncini ed unite anch'essi alla salsa, qualora la salsa risultasse troppo densa e asciutta, allungatela con altro succo di lime e salsa di pesce.







- 7** Raggiunta la consistenza desiderata unite lo zucchero alla salsa, mettete la salsa da parte a riposare e ad insaporirsi.

Nel frattempo lavate qualche foglia di lattuga romana, o altra insalata a piacere, tagliatela e disponetela nel piatto da portata.





8 Adagiatevi sopra i pezzi di pollo e irrorate il tutto con la salsa thailandese realizzata in precedenza.



## NOTE

La salsa di pesce è un condimento derivato da pesce che ha subito un lungo processo

di fermentazione. È un ingrediente essenziale in molti piatti, zuppe e curry indocinesi e sostituisce il sale. È un ingrediente base per molte cucine come quella vietnamita, thailandese, laotiana, cambogiana, filippina, cinese e altri paesi del Sud-Est Asiatico. Ce ne sono di molte varietà: forti e meno forti, alcune sono fatte con pesce crudo, altre con pesce essiccato, alcune con vari tipi di pesce, altre con solo una varietà. La "salsa di pesce" asiatica potrebbe essere una lontana cugina dell'antico e scomparso Garum al tempo dell'Impero Romano. Il garum era una salsa liquida di interiora di pesce e pesce salato che gli antichi Romani aggiungevano come condimento a molti primi piatti. Alcuni sostengono fosse simile alla pasta d'acciughe, altri al liquido della salamoia delle acciughe sotto sale, ma molto probabilmente, durante i vari processi di lavorazione, si sarebbe potuto produrre entrambe le varietà, e quasi sicuramente ogni regione dell'Impero aveva la sua variante, probabilmente in base al pescato. Nell'Italia odierna si trova invece la più classica pasta d'acciughe, un composto di alici essiccate e fermentate sotto sale poi private della testa e deliscate e successivamente tritate fino a rendere il composto cremoso. La variante italiana che si avvicina di più alla "salsa di pesce" asiatica è molto probabilmente la Colatura di alici di Cetara, una salsa liquida trasparente dal colore ambrato che viene prodotta da un tradizionale procedimento di maturazione delle alici.