

SECONDI PIATTI

# Pollo alla moda del Capo

di: *Cookaround*

---

LUOGO: *Europa / Svizzera*

DOSI PER: *4 persone*    DIFFICOLTÀ: *bassa*    PREPARAZIONE: *20 min*    COTTURA: *40 min*    COSTO: *basso*

REPERIBILITÀ ALIMENTI: *facile*

NOTE: *6 ORE DI MACINATURA*

---



Il pollo alla moda del Capo, o con il titolo originale poulet à la mode du Cap, è un secondo piatto caratterizzato dall'accostamento del pollo ben arrostito con una marinata a base di marmellata d'albicocche.

Il risultato è da leccarsi i baffi! Pezzi di pollo ben arrostiti, con un colore scuro dato dalla caramellazione della marmellata e dal sapore deciso a metà tra il dolce ed il salato.

Seguite le indicazioni nel video per avere un

secondo piatto semplice e gustoso da accompagnare, perché no, a del riso bianco o ancora ad un'insalata di patate lesse.

## INGREDIENTI

SOVRACOSCE DI POLLO 8  
SPICCHIO DI AGLIO 5  
MARMELLATA DI ALBICOCCHHE 5  
cucchiaini da tavola  
PEPERONCINO ROSSO PICCANTE secco,  
in fiocchi - 2 cucchiaini da tè  
SEMI DI CUMINO 1 cucchiaino da tè  
SALE

## PREPARAZIONE

- 1 Versate un terrina i cucchiaini di marmellata d'albicocche, 3 spicchi d'aglio spremuti, il peperoncino in fiocchi ed il cumino. Mescolate bene.





2 Aggiungete le sovracosce al composto di marmellata e spezie, decidete voi se disossare o

meno i pezzi di pollo, cercando di ricoprirle bene.



- 3 Trasferite il tutto, pollo e composto di marmellata, in un sacchetto per il gelo, in questo modo sarà più facile marinare bene il pollo.

Lasciate marinare per almeno 6 ore.



- 4 Trascorso il tempo di marinatura, trasferite il pollo in una placca da forno foderata con carta forno; salate adeguatamente.



5 Infornate a 200°C per circa 30-40 minuti.



6 Al termine della cottura, togliete dal forno e servitelo nappandolo con un po' di fondo di cottura.

