

SECONDI PIATTI

# Pollo alle mandorle

di: *Cookaround*

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

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



Il pollo alle mandorle è uno dei piatti classici della cucina cinese, o meglio quella parte della cucina cinese che è arrivata anche a noi grazie ai numerosissimi ristoranti cinesi che hanno aperto nel nostro paese ormai da decenni.

Molti di voi avranno gustato questo piatto per la prima volta sicuramente in un ristorante cinese, ma perchè non provare a replicarlo a casa? Certamente sarà necessario approvvigionarsi con alcuni ingredienti non conosciuti, non presenti nella nostra cucina italiana, ma una volta che li avrete in dispensa potrete goderne quando ne avrete voglia.

Come gran parte delle ricette cinesi, anche questa è

espressa e molto veloce, gli ingredienti sono tagliati piuttosto piccoli così da consentire una cottura perfetta e veloce magari utilizzando proprio il wok, la classica padella tipica cinese.

## INGREDIENTI

PETTO DI POLLO di circa 600 g - 1  
SALSA DI SOIA CHIARA 2 cucchiaini da tavola  
SALSA DI SOIA SCURA 1 cucchiaino da tavola  
OLIO DI SESAMO 2 cucchiaini da tavola  
VINO DI RISI CINESE 1 cucchiaino da tavola  
MAIZENA 1 cucchiaino da tavola  
ZUCCHERO 1 cucchiaino da tavola  
OLIO DI SEMI 1 cucchiaino da tavola

## PREPARAZIONE

**1** Per preparare dell'ottimo pollo alle mandorle dovrete partire proprio dal petto di pollo: dividetelo a metà, rimuovete l'ossicino a forma di Y che si trova proprio nel centro del petto di pollo e scartate le cartilagini e eventuali parti di grasso.

Tagliate, quindi, il petto di pollo a dadotti, della misura di un boccone quindi nè troppo grandi nè troppo piccoli.

**2** Riunite i bocconcini di pollo in una ciotola e aggiungete i seguenti ingredienti: un cucchiaino di soia chiara, un cucchiaino di vino cinese, un cucchiaino di olio di sesamo e un cucchiaino di maizena.

Mescolate molto bene affinché il pollo venga completamente ricoperto da questi ingredienti che costituiranno una sorta di marinatura.

Coprite la ciotola con un foglio di pellicola trasparente e mettete da parte a marinare per

il tempo necessario a preparare gli altri ingredienti.

**3** Preparate, quindi, il brodo per la cottura: riunite in una nuova ciotola, che sia abbastanza capiente, una tazza di brodo preferibilmente di pollo, un cucchiaio di salsa di soia chiara, un cucchiaio di salsa di soia scura, un cucchiaio di olio di sesamo e un cucchiaio di zucchero. Mescolate molto bene fino a che gli ingredienti non si siano ben amalgamati e lo zucchero si sia sciolto completamente.

**4** Ponete sul fuoco un wok o se non ne avete uno, una padella preferibilmente dal fondo fine perchè il calore dovrà arrivare abbastanza direttamente agli ingredienti. Questa tecnica di cottura cinese prevede che gli ingredienti si rosolino e saltino velocemente per questo c'è bisogno di una padella che consenta al calore di diffondersi molto velocemente.

Aggiungete alla padella o al wok un cucchiaio di olio di semi, quindi unite le mandorle che dovranno tostarsi velocemente. Una volta che saranno diventate leggermente dorate potrete toglierle e metterle da parte.

**5** Aggiungete alla padella o al wok un altro cucchiaio di olio di semi, quindi aggiungete anche un pezzetto di zenzero sbucciato e tritato finemente che dovrà soffriggere al calore dell'olio. Unite, quindi anche il pollo con tutta la marinata e lasciate che rosoli uniformemente mescolando in modo costante e spostando i pezzi di pollo da una parte all'altra del wok.

**6** Quando il pollo sarà ben rosolato, dovrete aggiungere al wok le mandorle messe da parte. Unite, quindi, anche il brodo insaporito con gli altri ingredienti e lasciate cuocere fino a che il fondo di cottura non si sia ben ristretto formando una sorta di salsina.

**7** Non vi resta che servire il pollo alle mandorle caldo, cospargendolo a piacere con la parte verde di un cipollotto tritata finemente e del riso basmati lessato a piacere.