

SECONDI PIATTI

# Pollo in fricassea

di: *Cookaround*

LUOGO: **Europa / Italia**

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



Il pollo in fricassea, è un piatto tipico della cucina toscana. Il termine fricassea o fricassée in francese, è un modo di cuocere o meglio stufare la carne. Con questa cottura lenta infatti, la carne diventa tenera perché non rilascia i succhi e alla fine resta umida e gustosa. Non ci vuole grande abilità per preparare il pollo in fricassea, ma solo un po' di pazienza nel seguire la lunga e lenta cottura, ma credeteci il tempo impiegato darà i suoi frutti! Provatelo appena vi sarà possibile, vi stupirà!

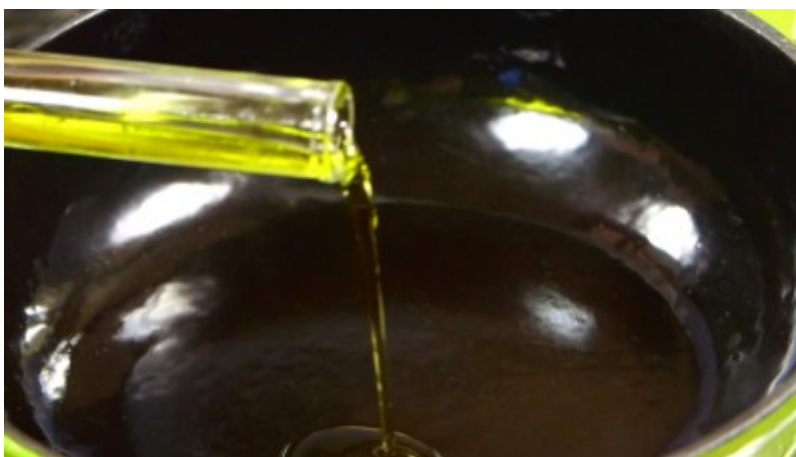
Ma sapete che in questo modo si può fare anche l'[agnello](#)? Provate anche questa deliziosa ricetta!

## INGREDIENTI

SOVRACOSCE DI POLLO 8  
CIPOLLOTTI 7  
SPICCHIO DI AGLIO 2  
TUORLO D'UOVO 2  
LIMONE 1  
BRODO DI POLLO 1 l  
VINO BIANCO 1 bicchiere  
SALVIA 10 foglie  
ROSMARINO 1 rametto  
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)

## PREPARAZIONE

- 1 Quando volete preparare il pollo in fricassea: prima di tutto mettete a scaldare in una casseruola un giro d'olio extravergine d'oliva con i cipollotti e due spicchi d'aglio sbucciati. Considerate che la cottura del pollo in fricassea, è piuttosto lunga, dunque è preferibile utilizzare, se possibile, una casseruola dal fondo pesante, altrimenti utilizzate quella che avete a disposizione.





- 2** Una volta che l'olio si sarà scaldato, aggiungete nella casseruola le sovracosce di pollo dalla parte della pelle. Lasciate rosolare bene la pelle, poi giratele e fatele rosolare bene anche dall'altra parte.



- 3** Quando la carne si sarà ben rosolata, sfumate con del vino bianco, alzate la fiamma al massimo e lasciate evaporare tutta la parte alcolica.



4 Aromatizzate con delle foglie di salvia e un rametto di rosmarino.





- 5** Coprite la carne con del brodo, preparato in precedenza. Scegliete voi quale brodo utilizzare; i più consigliati sono il brodo di pollo o quello vegetale, sconsigliato il brodo di manzo, in quanto andrebbe a coprire troppo il sapore originale del piatto.

Coprite e lasciate cuocere per circa 1 ora a fiamma medio-bassa, se vedete che durante la cottura il liquido si è ritirato troppo, aggiungete ancora un pochino di brodo.



- 6** Trascorso il tempo di cottura del pollo, in una ciotola sbattete i tuorli d'uova insieme al limone spremuto e versate il composto ottenuto sopra il pollo.



- 7** Muovete la casseruola, in modo tale che la cremina si vada ad amalgamare al pollo senza formare una frittata, spegnete la fiamma e servite.

