

ZUPPE E MINESTRE

Zuppa di pollo con noodles

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



INGREDIENTI

POLLO 1
NOODLES ALL'UOVO 240
ANICE STELLATO 1
CAVOLO CINESE (PAK-CHOI) 8
CIPOLLOTTO solo la parte verde -
SALE
ACQUA 2 l
OLIO DI SESAMO

Se amate le ricette etniche dovete assolutamente provare questa zuppa di pollo con noodles. Semplice da fare e molto saporita è perfetta per chi vuole portare a tavola un piatto internazionale molto buono. Ideale per chi ama i sapori particolari e cerca sempre nuove pietanze.

Se vi piacciono i noodles, provate anche questi piatti:

[ramen](#)

[noodles con surimi](#)

[noodles con le verdure](#)

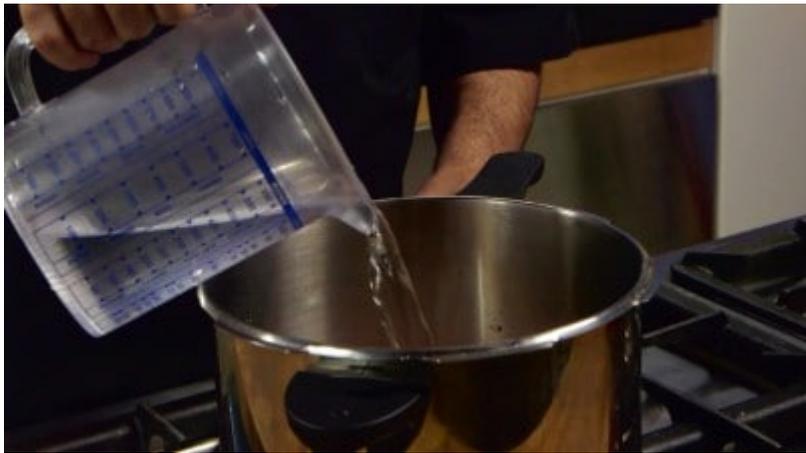
PREPARAZIONE

- 1 Per realizzare la zuppa di pollo con noodles, per prima cosa occupatevi della cottura del pollo. Prendete il pollo già pulito e, mettetelo nella pentola a pressione. Aggiungete nella pentola l'anice stellato e, 4-5 cm di radice zenzero a fette.





- 2 Salate leggermente il pollo con un pizzico di sale, calcolate all'incirca 1 cucchiaino e mezzo, quindi ricoprite il pollo completamente con l'acqua. Sigillate la pentola a pressione e, lasciate cuocere il pollo per 30-35 minuti dal fischio.





- 3** Trascorso il tempo di cottura indicato, lasciate raffreddare il pollo nella propria acqua di cottura e, una volta freddo, scolatelo dal brodo e trasferitelo all'interno di una teglia.



- 4** Filtrate il brodo con un colino e, mettetelo a raffreddare bene nel frigo in maniera tale poterlo sgrassare con più facilità.



- 5** A questo punto, eliminate la pelle dal pollo e, iniziate a disossarlo bene, facendo attenzione ad eliminare tutti gli ossicini. Raccogliete la polpa del pollo all'interno di una pirofila e, versate sulla carne disossata, il brodo filtrato, rimasto sul fondo della teglia, così

da mantenere la carne morbida. Coprite con la pellicola e tenete da parte.





6 Proeguite con la preparazione degli altri ingredienti: mettete all'interno di una pentola il brodo necessario, filtrato e sgrassato, che vi servirà per la cottura dei noodles e, dei pak-choi.

Invece in un'altra pentola, mettete da parte una buona quantità di brodo che vi servirà per servire la zuppa.





- 7 Portate il brodo a bollore, una volta che il brodo avrà spiccato il bollore, tuffateci i noodles e fateli cuocere per circa 3 minuti.



- 8 Nel frattempo lavate bene ed eliminate la parte più dura del gambo dei pak-choi.



- 9 Trascorso il tempo necessario per la cottura dei noodles, scolateli e, mettili a raffreddare in un recipiente con acqua fredda, in maniera tale da fermare la cottura.



- 10 Tuffate nella pentola dove avete appena cotto i noodles, i pak-choi e, lasciateli cuocere per al massimo 3-4 minuti.



11 Prendete il cipollotto, utilizzate solo la parte verde e più tenera e, affettatela finemente. Vi servirà, non solo per guarnizione a piatto finito ma anche per dare maggiore sapore alla zuppa.





12 A questo punto tutti gli ingredienti sono pronti, non vi resta altro che assemblare il piatto. Mettete all'interno delle classiche ciotole cinesi un pò di pollo, i pak-choi e i noodles, nelle quantità che preferite.





13 Versate all'interno delle ciotole il brodo bollente e, ricoprite quasi interamente il tutto, o a vostro gusto. Aggiungete un filo leggero di olio di semi di sesamo e, guarnite con il cipollotto affettato finemente, quindi servite.

