

SECONDI PIATTI

Friccò

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

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [bassa](#) PREPARAZIONE: [15 min](#) COTTURA: [60 min](#) COSTO: [medio](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)



La ricetta del friccò umbro è davvero interessante. Un piatto goloso, una sorta di spezzatino di carne, in genere pollame, che viene cotto lentamente a fuoco basso con l'aggiunta di un po' di pomodoro che gli dà un ottimo tocco in più di gusto e sapore. Provate questa ricetta gustosa regionale e vedrete che bontà! Se amate i piatti tipici inoltre vi diamo anche un'altra idea saporita, questa volta a base di pesce. Che ne dite di provare anche il [cacciucco livornese](#)?

INGREDIENTI

POLLO 1
VINO BIANCO 2 bicchieri
ACETO DI VINO BIANCO ½ bicchieri
POMODORI maturi - 3
SPICCHIO DI AGLIO 2
SALVIA 2 foglie
ROSMARINO 1 rametto
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4
cucchiari da tavola
SALE
PEPE NERO

PREPARAZIONE

1 Ecco gli ingredienti che servono per realizzare questa ricetta.



2 In una teglia possibilmente di coccio, mettete l'olio, tutti gli odori e la carne tagliata a pezzi.

Fate rosolare maneggiando continuamente.



3 Al termine dell'operazione irrorate con il vino e l'aceto e aggiustate di sale e pepe.



4 Coprite la pentola e fate cuocere lentamente fino a che la carne sarà cotta e si staccherà dall'osso.

A questo punto unite i pomodori e proseguite la cottura per altri 10 minuti.

