

SECONDI PIATTI

Involtino di pollo con ribes e salsa al lampone

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa PREPARAZIONE: 15 min COTTURA: 20 min COSTO: basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



L'involtino di pollo con ribes e salsa al lampone, un modo diverso per cucinare il petto di pollo ottenendo un piatto da tre stelle! Più che dei veri e propri involtini, preferisco definirli scigni di pollo nei quali troverete il rosso rubino dei ribes e l'oro del pane gratinato; il tutto è ulteriormente impreziosito dalla salsa al lampone. Un piatto piuttosto raffinato realizzato con pochi ingredienti e per la maggior parte facilmente reperibili, tanta resa con poca spesa..perché non approfittarne?

INGREDIENTI

PETTO DI POLLO 800 gr
PANE secco - 200 gr
PARMIGIANO REGGIANO 100 gr
RIBES
SALSA DI LAMPONI
MAGGIORANA 2 rametti
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4
cucchiari da tavola
SALE
PEPE NERO

PREPARAZIONE

1 Mettete, come prima cosa, il pane secco a bagno in una ciotola colma d'acqua e lasciatelo riposare per 5 minuti circa in modo tale che possa ammorbidirsi.

Prendete il petto di pollo e ricavatene delle fettine dalla forma il più possibile regolare, rifilandole se necessario.

Tritate grossolanamente i pezzi di pollo che vi rimarranno dopo aver pareggiato le fettine e riuniteli in una ciotola con il pane ben strizzato e con il parmigiano; mescolate per amalgamare gli ingredienti.





- 2** Profumate il composto con le foglioline di un paio di rametti di maggiorana, salate e pepate.



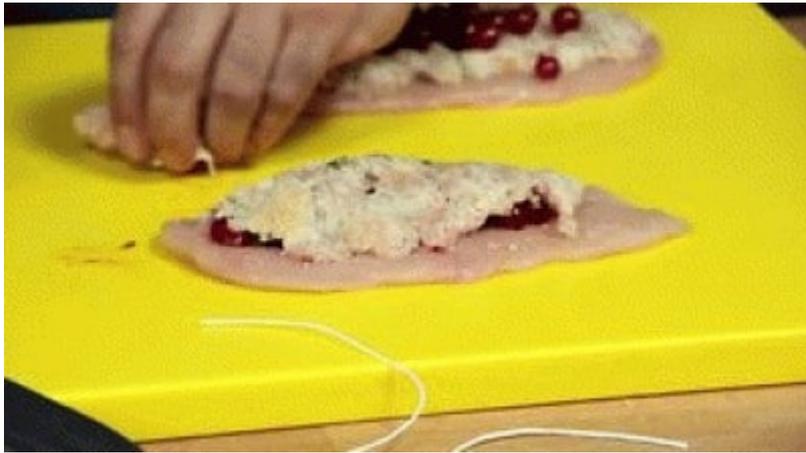
- 3** Impastate molto bene con le mani fino ad ottenere un amalgama simile in consistenza ad un polpettone.



- 4 Riprendete le fettine di petto di pollo, ponetele una ad una, tra due fogli di carta forno e pestatele delicatamente con un pesta carne affinché risultino più sottili e ben allargate; la carta forno servirà per evitare che la carne si sfibri eccessivamente sotto l'azione del pesta carne.



- 5 Distribuite qualche ribes sulle fettine di pollo e ricoprite con un buon quantitativo di ripieno, in questo modo i ribes saranno ben chiusi all'interno dell'involtino.



- 6** Avvolgete, quindi, il ripieno con la fettina di pollo e fissate il tutto con dello spago da cucina.



- 7** Adagiate gli involtini in una teglia foderata con della carta forno e infornate il tutto a 190°C per circa 20 minuti.

Sfornate gli involtini, trasferiteli sui piatti da portata e serviteli ancora caldi con un giro d'olio a crudo, poco sale e accompagnandoli la salsa di lamponi ottenuta semplicemente

frullando e filtrando dei lamponi freschi.



8 Impreziosite il piatto a piacere con un rametto di ribes bianco.

NOTE

Di ribes ne esistono vari tipi: il rosso, il bianco ed il nero. Il ribes nero, ad esempio, viene usato per la preparazione di prodotti come i liquori da parte delle industrie di trasformazione alimentare. Alcuni liquori che vengono ottenuti da questi frutti sono la Crème de Cassis e il Ratafià. La Crème de Cassis ha ottenuto l'A.O.C. (ovvero Appellation d'Origine Contrôlée) "Crème de Cassis de Bourgogne". Ha una gradazione minima di 15° ed un contenuto di almeno 400 g di zucchero per litro. La produzione di questo liquore è consentita solo a Dijon con ribes (la varietà migliore è il Nero di Borgogna) raccolti nella Côte d'Or. Il ribes viene macerato in alcol per almeno tre mesi, con numerosi rimontaggi. Poi dalla spillatura si ottiene il jus vierge. Successivamente la massa del ribes viene ricoperta di alcol e acqua, spillando si ottiene il secondo succo detto recharge. Si ripete l'operazione un'altra volta e si spilla un terzo succo detto lavasse. Ognuno di questi passaggi estrae una serie diversa di sostanze. Alla fine il ribes è pressato e distillato, l'alcol che si ricava servirà per macerare altro ribes. Il cassis di Dijon è ottenuto dalla miscela dei tre differenti succhi con aggiunta di acqua, zucchero e alcol puro. Il Cassis di Dijon si usa soprattutto negli aperitivi per il Kir ed il Kir Royal.