

SECONDI PIATTI

Pollo all'aglio

LUOGO: [Asia / Cina](#)

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [bassa](#) PREPARAZIONE: [15 min](#) COTTURA: [10 min](#) COSTO: [medio](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [media](#)



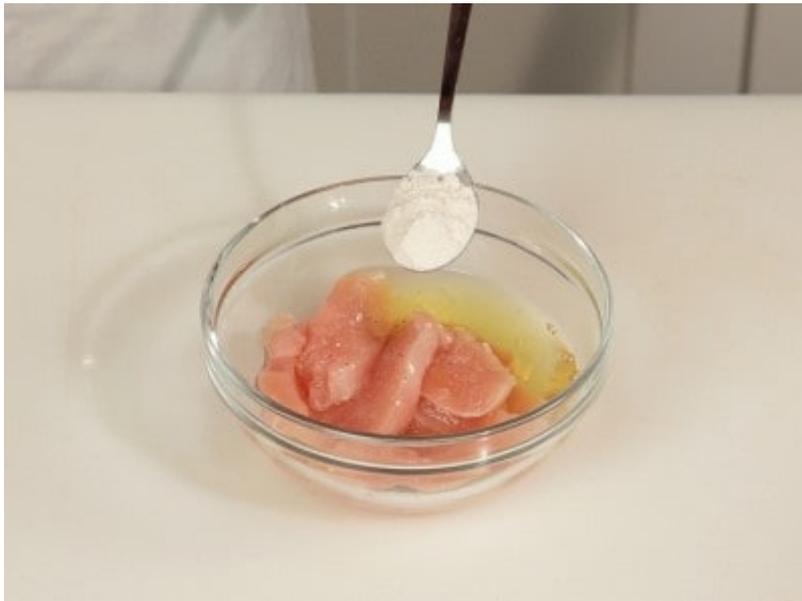
Il pollo all'aglio è una di quelle ricette che bisogna provare almeno una volta nella vita! Facile da fare questa proposta è una di quelle che piacerà soprattutto a chi ama i sapori decisi e pungenti conferiti dall'aglio. Il pollo prima impanato e poi fritto assume una crosticina croccante che diventa irresistibile! Provate la ricetta se non volete portare sulle vostre tavole un piatto banale, vi piacerà di certo! E se cercate altre ricette sfiziose con il pollo, ve ne consigliamo anche un'altra particolarmente saporita: provate questo alle [spezie con lo yogurt!](#)

INGREDIENTI

PETTO DI POLLO affettato finemente -
225 gr
ALBUME 2
SPICCHIO DI AGLIO schiacciati - 4
FARINA 4,5 cucchiaini da tavola
OLIO VEGETALE 600 ml
BRODO DI POLLO 4,5 cucchiaini da tavola
VINO DI RISO CINESE o sherry secco - 1
cucchiaino da tavola
ZUCCHERO ½ cucchiaini da tè
PEPE BIANCO 1 pizzico
SALE 1 pizzico
GLUTAMMATO MONOSODICO 1 pizzico
OLIO AROMATIZZATO AL
PEPERONCINO 5 gocce

PREPARAZIONE

- 1 Riunite le fette di pollo in una ciotola insieme agli albumi, pepe bianco, sale, 4 cucchiari di farina di grano ed un pizzico di zucchero e miscelate bene.





- 2 Scaldate l'olio in un wok, aggiungete il pollo e friggete delicatamente per qualche minuto, quindi scolate su di un foglio di carta da cucina.



- 3 Buttate l'olio eccetto un cucchiaino.

Riscaldare il wok, aggiungete l'aglio e friggete brevemente.



- 4 Aggiungete 4 cucchiaini di brodo, il vino, lo zucchero rimanente ed il glutammato monosodico.





- 5 Portate ad ebollizione, quindi aggiungete la rimanente farina di grano e il brodo e incorporate nella salsa e mescolate fino a che si addensi.



- 6 Unite l'olio aromatizzato al peperoncino.



7 Utilizzate la salsa appena ottenuta per condire il pollo.