

SECONDI PIATTI

Pollo "alla cubana"

LUOGO: *Centro America / Cuba*

DOSI PER: *4 persone* DIFFICOLTÀ: *media* PREPARAZIONE: *15 min* COTTURA: *30 min* COSTO: *medio*

REPERIBILITÀ ALIMENTI: *facile*

NOTE: *+ 1 ORA DI MARINATA*



INGREDIENTI

POLLO 1
LIMONE 1,5
SPICCHIO DI AGLIO 2
SEMI DI CUMINO 1 cucchiaio da tè
CIPOLLE 1
VINO BIANCO 1 bicchiere
OLIO DI SEMI
SALE

PREPARAZIONE

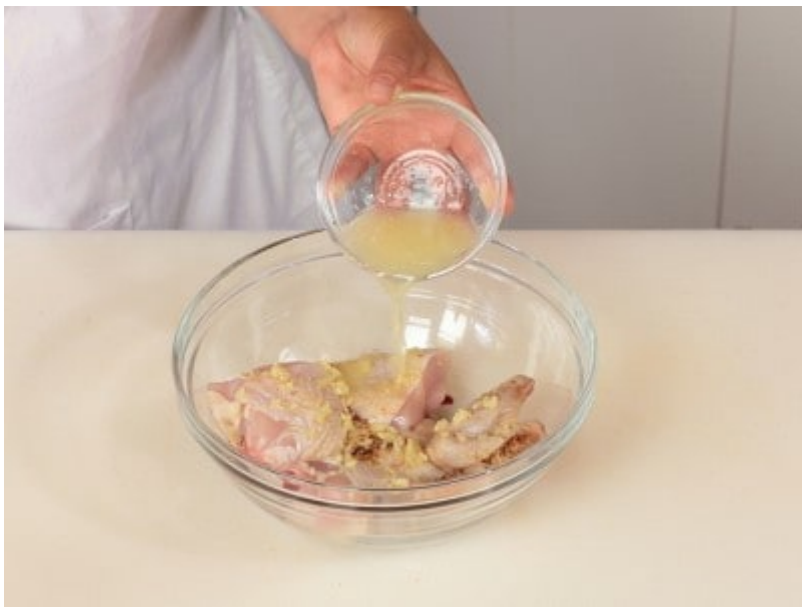
- 1** Bucare con la punta del coltello, in più punti, il pollo tagliato a pezzi precedentemente fiammeggiato per rimuovere la peluria residua.



2 Frizionare i pezzi di pollo con gli spicchi d'aglio schiacciati.



3 Riunire i pezzi di pollo tagliati in una ciotola, cospargerli con del succo di limone, semi di cumino, sale e pepe.



- 4 Coprire completamente i pezzi di pollo con la cipolla tagliata a rondelle; lasciarlo marinare per un'ora a temperatura ambiente girandolo spesso.



- 5 Trascorso il tempo, pulire delicatamente i pezzi di pollo con della carta da cucina, lasciando da parte la marinata rimasta.



- 6 Far scaldare in padella un fondo di olio di semi e farvi dorare i pezzi di pollo.

Quando i pezzi di pollo saranno ben dorati, aggiungervi solo il liquido della marinata, mescolare e sfumare con il vino; portare il pollo a cottura.

