

SECONDI PIATTI

Pollo in umido con patate

LUOGO: *Africa / Tunisia*

DOSI PER: *4 persone* DIFFICOLTÀ: *bassa* PREPARAZIONE: *10 min* COTTURA: *45 min* COSTO: *medio*

REPERIBILITÀ ALIMENTI: *media*



Cercate un'idea per la cena semplice e veloce? Il pollo in umido con patate è proprio quello che fa per voi. Semplice da fare, molto goloso piacerà a tutti i vostri commensali. Le patate che subiscono una frittura risultano eccezionali una volta calate nel sugo e si sposano in maniera perfetta con la carne bianca cotta nel pomodoro. Insomma una ricetta da leccarsi i baffi e da non perdere! Provatela subito e se amate questo genere di portate, vi offriamo anche un'altra deliziosa proposta, che ne dite di fare la ricetta dello [spezzatino al limone](#)? Buonissimo!

INGREDIENTI

POLLO 1
CONCENTRATO DI POMODORO 2
cucchiaini da tavola
CIPOLLE 1
ACQUA ½ l
PEPERONCINO IN POLVERE 1 cucchiaino
da tè
TEBEL 1 cucchiaino da tè
PATATE 4
OLIVE NERE 50 gr
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4
cucchiaini da tavola
OLIO DI SEMI PER FRITTURA
CURCUMA MACINATA 1 cucchiaino da tè
PEPE NERO

PREPARAZIONE

- 1 Innanzitutto prendete le patate, sbucciatele, sciacquatele e tagliatele in grossi spicchi, quindi raccoglietele in una ciotola, insaporitele con un cucchiaino di curcuma ed abbondante sale e pepe.



- 2 Lasciate riposare le patate per un'ora affinché possano rilasciare l'acqua di vegetazione che servirà successivamente.

Nel frattempo, fate scaldare un fondo d'olio in una casseruola capiente e dai bordi alti e fatevi soffriggere la cipolla tritata finemente.

Unite, quindi, il pollo tagliato in quarti e fatelo rosolare bene.



3 Non appena il pollo avrà cambiato colore in seguito alla rosolatura, aggiungete alla casseruola il concentrato di pomodoro e l'acqua a disposizione.





- 4 Insaporite il preparato con il cucchiaino di tebel e con il peperoncino in polvere e lasciate stufare il pollo a fuoco medio.





5 A questo punto fate scaldare abbondante olio per friggere in una padella, prelevate le patate dalla ciotola facendo scolare il liquido di vegetazione rilasciato e friggetele in padella.



6 Intanto versate il liquido di vegetazione delle patate nella casseruola con il pollo.



7 A circa 10 minuti dal termine della cottura del pollo, unite alla casseruola anche le olive nere, le patate precedentemente fritte ed i peperoni cornetto.





- 8 Portate il tutto a cottura ultimata, quindi servite il pollo con il sugo di cottura, i peperoncini e le patate.