

Fricassea di pollo alla romana con peperoni e acciughe



Tempo preparazione:
20 minuti

Tempo di cottura:
20 minuti

Dosatura:
Per 4 persone

Elenco ingredienti

1 pollo pulito e pronto per la cottura
2 peperoni gialli
2 peperoni rossi
un grappolo di pomodori di Pachino
1 cipolla
1 spicchio d'aglio
1 foglia d'alloro
un ciuffetto di prezzemolo
100 gr. di farina
100 ml di vino bianco secco
3 filetti di acciuga
un mestolo di brodo di carne
olio evo q.b.
sale e pepe

Istruzioni per la preparazione

Tagliare il pollo in pezzi regolari lungo le giunture delle articolazioni e assicurarsi che non ci siano residui del piumaggio. Rimuovere il coperchio



superiore e montare il food processor con la sua lama; aggiugervi lo spicchio di aglio, il prezzemolo e i filetti di acciuga. Tritare tutto finemente e tenere da parte. Rimuovere la lama a coltello e inserire il disco per affettare fino, ed affettare la cipolla. Riposizionare il coperchio superiore e montare il gancio con la spatola a spirale.

Nella ciotola inox versare 4 cucchiari di olio evo e impostare la temperatura a 120° con fase di mescolamento 1; a temperatura aggiungere il trito di prezzemolo, aglio e acciuga e la cipolla. Far soffriggere per 1 minuto e aggiungere i pezzi di pollo. Lasciar rosolare controllando la colorazione a vista; quando sara' colorito uniformemente sfumare con il vino bianco, salare a piacere e insaporire con la foglia di alloro.

Nel frattempo tagliare i pomodori in pezzi regolari; nettare le falde di peperoni e tagliarle in losanghe. Quando il vino sara' sfumato aggiungere al pollo i pomodori e i peperoni; impostare la temperatura su 140°C, fase di mescolamento 3 e selezionare il timer con il conto alla rovescia su 15 minuti. Se durante la cottura fosse necessario bagnare con un mestolo di brodo. Procedere con la cottura inserendo il coperchio paraspruzzi. A cottura ultimata lasciar riposare 5 minuti e servire caldo.