

SECONDI DI POLLAME

Pollo all'indiana

Origine: India

DOSI

4 persone

Ingredienti per 4 persone

Pollo da 1500 g tagliato a pezzi	1
Farina bianca	5 cucchiaini
Olio di semi	3 cucchiaini
Aglione sbucciato	2 spicchi
Cipolle sbucciate affettate finemente	2
Peperone verde senza semi tritato	1
Sedano lavato e tritato	50 g
Curry in polvere	1 cucchiaino
Sale	2 cucchiaini
Pomodori pelati	800 g

PER SERVIRE

Burro	1 noce
Mandorle sbianchite	50 g
Riso a grani lunghi bollito	225 g
Uvetta sultanina senza semi	75 g
Prezzemolo tritato	

Preparazione

- 1 Passate il pollo nella farina. Scaldate l'olio in un largo tegame e indorate i pezzi di pollo da ogni lato, pochi per volta. Toglieteli dalla padella e metteteli da parte.
- 2 Mettete in tegame aglio, cipolla, peperone, sedano, curry e sale; cuocete per 5 minuti mescolando. Unite quindi i pomodori col loro sugo. Aggiungete i pezzi di pollo e portare a bollore.
- 3 Abbassate la fiamma, coprite e sobbollite per 30 minuti finché la carne sia tenera. Intanto sciogliete il burro in una padella e saltate le mandorle dorandole appena.

- 4 Mescolatevi insieme riso ed uvetta. Sistemare la mistura di riso ed i pezzi di pollo su un piatto da portata largo, riscaldato. Eliminate gli spicchi d'aglio e versate la salsa sopra il pollo.
- 5 Spargete uniformemente su pollo e riso le mandorle saltate e il prezzemolo tritato.