

SECONDI DI POLLAME

Pollo fritto (versione 6)

Origine: Stati Uniti

DOSI

4 persone

PREPARAZIONE

25 min

Ingredienti per 4 persone

Petto di pollo	400 g
Semi di sesamo	1 cucchiaio
Paprica dolce	1 cucchiaino
Uova	2
Farina	150 g
Latte	1 bicchiere
Olio d'arachidi	
Sale	

PER LA VINAIGRETTE AL POMODORO

Olio d'oliva extra-vergine	10 cl
Aceto balsamico	1 cucchiaio
Polpa di pomodoro frullata	2 cucchiai
Cipollotto	1
Sale	2 pizzichi
Pepe	1 pizzico

Preparazione

- 1 Preparare la vinaigrette al pomodoro: pulire il cipollotto privandolo delle radici, delle foglie esterne e della parte verde più dura, lavarlo e tritarlo.
- 2 Mettere in una ciotolina un pizzico di sale e di pepe, aggiungere l'aceto balsamico e mescolare fino a quando il sale sarà completamente sciolto; aggiungere l'olio e battere leggermente gli ingredienti con una forchetta ottenendo una salsa ben emulsionata, unire infine la polpa di pomodoro frullata e il cipollotto tritato.
- 3 In una terrina lavorare i tuorli d'uovo con un cucchiaio di legno, unire, poco alla volta, la farina setacciata con la paprica, alternandola al latte, e lasciare riposare la pastella per almeno 1 ora; al momento di utilizzarla, incorporarvi i semi di sesamo e, delicatamente, gli albumi montati a neve.

- 4 Lavare il petto di pollo, asciugarlo con un canovaccio e dividerlo a piccoli pezzi; immergerli nella pastella preparata, scolarli e farli friggere, pochi alla volta, in abbondante olio caldo finché risulteranno leggermente dorati; scolarli sopra un foglio di carta di tipo assorbente da cucina, insaporirli con un pizzico di sale e servirli accompagnandoli con la vinaigrette al pomodoro preparata e con un'insalata assortita.