

SECONDI DI POLLAME

Pollo in carpione

DOSI

4 persone

PREPARAZIONE

40 min

■ Ingredienti per 4 persone

Petti di pollo	600 g
Cipolle	150 g
Carota	1
Salvia	1 foglia
Olio d'oliva extra-vergine	20 cl
Rosmarino	2 rametti
Vino bianco secco	10 cl
Aceto di vino bianco	15 cl
Alloro	3 foglie
Sale	
Pepe	

■ Preparazione

- 1 Spuntare la carota, pelarla, lavarla e tagliarla a rondelle; sbucciare le cipolle, lavarle e affettarle. Lavare accuratamente la carne, asciugarla, quindi dividerla a cubetti grandi.
- 2 In un tegame, scaldare un poco d'olio con un rametto di rosmarino, unire i cubetti di carne salati e pepati, farli rosolare a fuoco vivace, lasciandoli dorare leggermente da tutte le parti e scolarli.
- 3 In un tegame con poco olio, far appassire la cipolla e le rondelle di carota con la salvia, l'alloro e il rosmarino rimasto; unire i pezzi di pollo e farli insaporire; versare l'olio avanzato e l'aceto, il vino bianco e lasciar bollire per 7-8 minuti.
- 4 Scolare i pezzi di pollo, metterli in una terrina e coprirli con il «carpione» caldo. Far riposare per almeno 5-6 ore e servire freddo.