

Pollo in salsa agrodolce

Categoria: Sapori dal Mondo - Cina



Informazioni Generali

Preparazione: 60 min
Cottura: 30 min
Dosi per: 4 persone
Costo: Basso
Difficoltà: Media

Il pollo in salsa agrodolce è un piatto che si può facilmente gustare nei ristoranti cinesi sparsi sul territorio Italiano.

La salsa agrodolce, formata con passata di pomodoro, aceto, zucchero e salsa di soia, esalta il sapore delicato dei bocconcini di carne di pollo che vengono accompagnati e arricchiti con peperoni e ananas.

Un secondo piatto molto gustoso ed esotico che piacerà sicuramente a chi ama il sapore agrodolce.

Ricetta ideata da Roberta Barki.



x 4 persone

- » Ananas fresca 3 fette spesse circa 1,5 cm
- » Olio di oliva 2 cucchiai
- » Peperoni rosso 1 medio
- » Pollo petto 800 gr

x la salsa agrodolce

- » Aceto di vino bianco 100 ml
- » Acqua 100 ml
- » Farina 1 cucchiaino raso
- » Pomodori passata 500 ml
- » Sale 1 grosso pizzico
- » Salsa di soia 5 cucchiai
- » Zucchero 160 gr

x la pastella

- » Acqua 250 ml
- » Farina 150 gr
- » Lievito di birra disidratato 1 cucchiaino
- » Sale 1 pizzico

x friggere

- » Olio di semi q.b.

Preparazione



Iniziamo preparando la salsa agrodolce: versate 500 ml di passata di pomodoro in un tegame (1), quindi aggiungete lo zucchero, l'aceto, l'acqua, la salsa di soia e il sale (2). Fate cuocere a fuoco dolce per 10 minuti, aggiungendo verso la fine la farina con un setaccio (3); mescolate per bene fino all'addensamento della salsa. Se dovessero formarsi dei grumi, passate il tutto attraverso un colino.





Preparate la pastella ponendo in una ciotola la farina, l'acqua (4), il sale e il lievito di birra disidratato (5); mescolate gli ingredienti con una frusta e poi lasciatelo riposare a temperatura ambiente per almeno 10 minuti. Eliminate dalla carne di pollo le eventuali cartilagini o il grasso in eccesso, quindi tagliatela a cubetti di circa 2,5 cm di lato (6).



Immergete quindi una decina di cubetti di pollo (ben asciutti) nella pastella (7) e poi, servendovi di una pinza da cucina, scolateli uno ad uno dell'impasto in eccesso e poneteli a friggere in una padella contenente due dita di olio di semi ben caldo (8). Ponete i cubetti di pollo, distanti uno dall'altro per evitare che durante la frittura si attacchino (a questo proposito consiglio di immergere pochi pezzi di pollo per volta nell'olio, proprio per evitare che ammassandosi si attacchino uno con l'altro). Una volta dorati, estraeteli dall'olio con una schiumarola e poneteli a perdere l'olio in eccesso su di un piatto foderato con della carta assorbente da cucina (9).



Mondate il peperone eliminando i semi e i filamenti interni, quindi tagliatelo a quadretti (10). Mondate e tagliate l'ananas a fette e poi a cubetti (11). In una padella capiente, ponete 2 cucchiari di olio di oliva e unite il peperone e l'ananas a pezzi (12),



quindi fateli scottare per 5-10 minuti (dipende se desiderate che i peperoni siano più o meno croccanti); aggiungete i pezzetti di pollo fritti (13), fate saltare gli ingredienti per un paio di minuti e poi aggiungete la salsa agrodolce (14). Saltate ancora per qualche istante gli ingredienti (15), aggiustate eventualmente di sale e poi servite il pollo in salsa agrodolce immediatamente.

Consiglio