

LA RICETTA

Pollo alla Kiev

CULTURA

02_05_2022



Ingredienti per 4 persone

4 fette spesse di petto di pollo

2 uova

150 g di burro

½ limone

1 spicchio d'aglio

5 cucchiaini di prezzemolo tritato

70 g di farina di grano tenero

100 g di pangrattato

Olio di semi di arachidi

Sale

Preparazione

Lavorate 120 g di burro in una terrina insieme al prezzemolo e all'aglio tritati e aggiungete anche il succo di limone: utilizzate una frusta a mano per amalgamare il tutto. Una volta ottenuta una crema, coprite la terrina con la pellicola per alimenti e lasciate riposare in congelatore per qualche minuto.

Battete leggermente le fette di petto di pollo e spalmatevi al centro il composto a base di burro fermandovi a circa ½ centimetro dai bordi.

Ripiegate le fettine a metà e fermatele con più stuzzicadenti: questa operazione è molto importante per evitare che durante la cottura il ripieno fuoriesca.

Versate in 2 piatti distinti la farina e il pangrattato, poi sbattete le uova in un altro piatto aggiungendovi un pizzico di sale. Passate quindi le fettine prima nella farina, poi nell'uovo sbattuto e infine nel pangrattato.

Scaldate dell'olio e 50 g di burro in padella e adagiatevi le cotolette di pollo: rosolatele per 5-6 minuti girandole su entrambi i lati e aggiustandole di sale.

Trascorso questo tempo, spostate il pollo in una teglia foderata con carta da forno e cuocetele in forno statico preriscaldato a 180°C per circa 15 minuti.

Accorgimenti: una volta nel piatto, tagliate il pollo con delicatezza per evitare gli schizzidi burro fuso! Se volete e avete dimestichezza, potete chiudere le fettine con dello spagoda cucina: in questo modo sarà ancora più difficile che il burro esca fuori durante la cottura.

Idee e varianti: se volete, potete cuocere il pollo alla Kiev in forno preriscaldato a 180°C per circa 35 minuti (*Liana Marabini*).