

ANNECÉ BRETIN

Dalla Zolla Taccchino

FOTO: AMÉLIE ROCHE



Co.



IL CASTELLO



PREFAZIONE

Chi non si è mai concesso un buon pollo arrosto (per il tradizionale pranzo della domenica, ma non solo)?

Il pollo, oltre a essere adatto a tutte le tasche, è apprezzato da grandi e piccini, in tutti i Paesi e in tutte le culture!

Pollo, gallina, gallo, galletto, anatra, anatroccolo, tacchino, cappono, oca, pollastra, faraona... La carne di pollame si può cucinare in moltissimi modi: arrosto, alla griglia, brasata, ripiena, fritta, al vapore, bollita, confit, marinata... E aggiungendo qualche erba o qualche spezia, la renderete ancora più gustosa e saporita!

In questo libro troverete più di 100 ricette di pollo e altri tipi di pollame (presentati a pezzi), tra cui alcuni classici: il pollo arrosto, la celebre gallina bollita di Enrico IV, il tacchino alle castagne, l'anatra laccata, l'anatra all'arancia, o ancora la faraona con la verza! E molti altri piatti, grazie ai quali scoprirete e gusterete pollo & co. in tutte le cotture!

E allora non perdetevi il tempo... correte in cucina!

ANNECÉ BRETIN



SOMMARIO

le basi

Le parti	14
Proporzioni e grammature.....	16
Scegliere bene.....	17
Acconciare un volatile	18
Legare un volatile	20
Riempire un volatile	22
Insaporire un volatile sottopelle.....	24
Tagliare un volatile crudo.....	26
Tagliare un volatile cotto.....	27
Preparare un brodo di pollo.....	28
Preparare il foie gras in casa	30

Pollo speziato ripieno di cous cous e frutta secca.....	42
I ripieni	44
Ripieno alle castagne, tartufo e fegatini..	46
Ripieno alle olive, rosmarino e peperoni .	46
Ripieno al formaggio fresco	46
Ripieno alla mela e zucca.....	46
Ripieno ai funghi, wurstel bianchi e foie gras	47
Ripieno alla menta, ricotta e nocciole	47
Pollo in cocotte alle castagne con mele arrostiti	48
Pollo in crosta di pane.....	50
Pollo marinato all'aceto balsamico	52

polintero

Pollo arrosto al timo, limone e aglio in camicia	34
Contorni per il pollo arrosto	38
Spadellata di funghi, castagne e topinambur	38
Gratin dauphinois	38
Patate e patate dolci al forno	38
Chips di verdura	39
Verdure al forno	39
Purè di patate e sedano rapa	39
Pollo al dragoncello con pleurotus.....	40

cosceceali

Cous cous di pollo e verdure	56
Pot-au-feu di pollo	58
Waterzooi di pollo alla birra.....	60
Curry rosso di pollo e verdure	62
Pollo alla Parmentier	64
Pollo alla creola	66
Bis di fusi marinati.....	68
Colombo de poulet.....	70
Pollo alla cacciatora	71

Tajine di pollo con olive, prugne e limoni confit	72
Pollo alla basca	74
Cosce di pollo, miele e zenzero	76
Ali di pollo marinate	78
Ali di pollo in tempura.....	80
Alette di pollo alla messicana.....	81

petti, filetti esot'lyaisse

Terrina di pollo in gelatina al foie gras	84
Chicken pie.....	88
Tartellette sottili al pollo e pesto.....	89
Rotolo intrecciato al pollo e Roquefort.....	90
Caesar salad	92
Club sandwich.....	94
Spiedini di pollo marinato e verdure estive	98
Spiedini di pollo lardellato con rosmarino e albicocche essiccate.....	99
Spiedini di pollo e pompelmo.....	99
Polpette di pollo alle melanzane.....	100
Nuggets di pollo	102
Galantine di pollo alle verdure	104
Cordon Bleu ai pomodori secchi e mozzarella	106
Saltimbocca di pollo alla ricotta.....	108

Cotolette di pollo alla milanese	110
Wok di pollo e verdure croccanti al basilico	112
Zuppa di pollo con spaghetti soba.....	114
Pollo al miele, salsa di soia e nocciole.....	116
Ravioli di pollo e gamberoni in brodo	118
Pollo tikka masala	120
Fajitas di pollo e verdure croccanti	122
Petti di pollo all'antica	124
Supreme in crosta di noci ripiene di spinaci, pomodoro e mozzarella	126
Curry verde di pollo	128
Risotto allo zafferano, chorizo e sot l'y laisse.....	130
Crumble di foie gras e sot l'y laisse	132

gli altri volatili

Anatra arrosto al chorizo e ananas.....	136
Filetti d'anatra alle mele e pepe di Giava	138
Tournedos d'anatra alla Rossini	140
Anatra all'arancia.....	142
Zuppa di anatra thai	143
Anatra laccata ai fichi e miele.....	144
Confit d'anatra farcita all'aglio e prezzemolo	146
Foie gras d'anatra ai frutti di bosco	148
Quaglie ripiene ai porcini.....	150

Cappone al Vin Jaune e spugnone.....	151
Coq au vin	152
Galletti alle verdure.....	154
Blanquette di tacchino	156
Arrosto di tacchino lardellato con indivia brasata	158
Tacchino ripieno di castagne, foie gras e mele.....	160
Involtini di tacchino alle prugne e bacon..	162
Yakitori di tacchino	164
Pollastra arrosto alla frutta secca.....	165
Pollastra burro e salvia	166
Gallina bollita.....	168
Faraona al cartoccio con senape all'antica	170
Faraona e verza.....	172
Petti di faraona allo champagne	174

scartecarcassa

Mousse di fegatini allo sciroppo d'acero e cognac.....	180
Terrina di fegatini, albicocche essiccate e pistacchi	181
Samosa di fegatini e mele	182
Insalata del Périgord con ventrigli	184
Vol au vent di una volta	185

uova

La cottura delle uova	190
Uovo all'occhio di bue	190
Uovo bazzotto	190
Uovo alla coque	190
Uovo strapazzato	191
Uovo sodo.....	191
Uovo in camicia.....	191
Uova in cocotte con brousse e cuori di carciofo.....	194
Uova in cocotte con Cantal e prosciutto iberico.....	194
Uova in cocotte con chorizo e peperoni .	195
Uova in cocotte al salmone.....	195
Uova in gelatina con salmone, avocado e pompelmo	196
Uova mimosa alle erbe e peperoncino.....	198
Uova in salsa meurette e crostini al Parmigiano.....	199

APPENDICI

Indice delle ricette	200
Ringraziamenti.....	202
Tavole delle equivalenze.....	203

TAGLIARE UN VOLATILE CRUDO



1 Scegliete un volatile "acconciato".



2 Incidete con il coltello all'altezza della sovracoscia e della carcassa fino alla giuntura del femore.



3 Portate la coscia verso di voi e disarticolate il femore. Ripetete l'operazione con la seconda coscia.



4 Appoggiate il volatile sul ventre. Trovate il boccone del prete e incidete al di sopra di esso. Fate scorrere la punta del coltello sotto il boccone del prete e liberatelo.



5 Incidete la piccola cartilagine situata sulla carena e fate uscire quest'ultima. Staccatela tirando delicatamente.



6 Con un coltello incidete lungo tutto l'osso del dorso, fermandovi all'altezza delle articolazioni tra gli omeri e la carcassa.



7 Girate il volatile e staccate delicatamente i filetti. In questa fase, il volatile viene tagliato in quarti: le 2 cosce e i 2 filetti.



8 Scaloppate (tagliate in diagonale) i filetti in 2 parti uguali, di cui una con un'estremità dell'ala. Separate fuso e sovracoscia all'altezza dell'articolazione. Il vostro volatile risulta tagliato in 8 pezzi.

TAGLIARE UN VOLATILE COTTO



1 Scegliete un volatile arrosto.



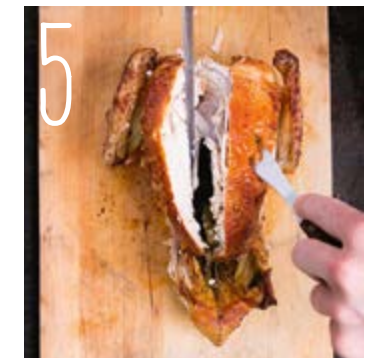
2 Posizionate il volatile sul fianco e infilate una forchetta nel dorso. Con un coltello tagliate la coscia allontanandola verso l'esterno, quindi staccatela.



3 Tagliate tra il grasso della coscia e il fuso per ottenere parti simili. Procedete allo stesso modo con l'altra coscia.



4 Incidete lungo tutto l'osso del dorso.



5 Staccate i petti con il coltello.



6 Staccate il tutto all'altezza della giuntura. Tagliate i petti in 2 parti uguali.



7 Staccate il boccone del prete che si trova sul dorso del pollo.



8 Il vostro pollo arrosto è pronto per essere gustato!

PREPARARE UN BRODO DI POLLO

PREPARAZIONE: 15 MINUTI
COTTURA: 50 MINUTI-1 ORA

Per 1 litro di brodo

- 1 carcassa di pollo
- 2 carote
- 1 porro
- 1 gambo di sedano
- 1 cipolla
- 2 chiodi di garofano
- 1 mazzetto di erbe aromatiche (timo, alloro...)
- 1 litro di acqua circa
- 1 noce di burro
- 1 manciata di sale grosso
- ½ cucchiaino di pepe nero in grani



1 Riunite tutti gli ingredienti.



4 Aggiungete la carcassa e fatela rosolare per 5 minuti, mescolando. Coprite completamente di acqua. Aggiungete le erbe aromatiche, il sale grosso e il pepe.



5 Coprite e fate cuocere per circa 50 minuti.



2 Sbucciate la cipolla e tagliatela a spicchi, quindi bucatene 2 con i chiodi di garofano. Sbucciate e lavate le carote, quindi tagliatele in grossi pezzi. Lavate e tagliate a tocchetti i porri e il sedano.



3 In una pentola fate sciogliere il burro, poi fate rosolare le verdure per 4-5 minuti.



6 Filtrate il brodo.



7 Il vostro brodo di pollo è pronto!

POLLO SPEZIATO RIPIENO DI COUS COUS E FRUTTA SECCA

PREPARAZIONE: 35 MINUTI

COTTURA: 35 MINUTI

RIPOSO: 10 MINUTI

Per 6 persone

- 1 pollo ruspante da 2 kg
- 300 g di cous cous precotto
- 6 albicocche essiccate
- 4 fichi secchi
- 30 g di cranberry secchi
- 30 g di mandorle
- 30 g di anacardi
- 2 cipolle rosse
- 500 ml circa di brodo di pollo
- Qualche pistillo di zafferano
- 3 cucchiari di olio extravergine di oliva

Per la marinata

- 1 cucchiaino di miele liquido
- ½ cucchiaino di zenzero in polvere
- ½ cucchiaino di cannella in polvere
- 1 cucchiaino di cumino in polvere
- La scorza e il succo di 1 limone non trattato
- 2 cucchiari di olio extravergine di oliva
- Sale e pepe macinato fresco

Preparate la marinata. In una scodella mescolate il miele, l'olio, le spezie, la scorza e il succo di limone, sale e pepe.

Adagiate il pollo in una pirofila da forno e spennellatelo con la marinata all'interno e all'esterno. Conservate un terzo della marinata per la cottura e mettete da parte il pollo in frigorifero.

Preriscaldate il forno a 180 °C.

Sbucciate le cipolle e tagliatele a spicchi.

Tagliate le albicocche e i fichi a cubetti. Spezzettate le mandorle e gli anacardi.

Mettete il cous cous in una ciotola. Versateci sopra il brodo caldo e mescolate con una forchetta. Aggiungete lo zafferano, le albicocche e i fichi, quindi salate e pepate. Mescolate e coprite. Lasciate riposare per 5-10 minuti, fino a quando il brodo sarà stato assorbito completamente. Incorporate poi le mandorle, gli anacardi e i cranberry.

Riempite il pollo con 6 cucchiari di cous cous alla frutta secca e con 2 spicchi di cipolla (vedi a pag. 22). Legatelo con dello spago da cucina (vedi a pag. 20).

Irrorate il pollo con il resto della marinata, infornate e fate cuocere per 1 ora.

Distribuite il resto del cous cous alla frutta secca e gli altri spicchi di cipolla intorno al pollo. Proseguite la cottura per 25-30 minuti.

Ricoprite il pollo di carta d'alluminio e lasciatelo riposare per circa 10 minuti prima di servirlo.



WATERZOOI DI POLLO ALLA BIRRA

PREPARAZIONE: 20 MINUTI

COTTURA: 30 MINUTI

Per 6 persone

- 6 cosce di pollo (fusi e sovracosce)
- 330 ml di birra "Blanche" belga
- 4 carote
- 2 gambi bianchi di porro piccoli
- 2 gambi di sedano
- 6 cipolline
- ½ cucchiaino di pepe rosa in grani
- 1 cucchiaino di amido di mais (facoltativo)
- Qualche filo di erba cipollina
- Qualche rametto di cerfoglio
- 500 ml di brodo di pollo (vedi a pag. 28)
- 1 pizzico di noce moscata in polvere
- 500 ml di panna da cucina
- 20 g di burro demi-sel
- Sale e pepe macinato fresco

Sbucciate le cipolline. Sbucciate e lavate le verdure, quindi tagliatele a julienne.

In una cocotte di ghisa fate dorare a fuoco vivace le cosce di pollo su tutti i lati con il burro. Salate, pepate e trasferitele in un piatto.

Fate imbiondire a fuoco medio le cipolline nella cocotte per 3-4 minuti. Versate la birra e fate ridurre di metà. Aggiungete il brodo di pollo e portate a bollore.

Mettete le verdure nella cocotte. Unite di nuovo anche le cosce di pollo, coprite e fate cuocere a fuoco lento per circa 30 minuti.

Aggiungete la panna e il pepe rosa. Lasciate ridurre finché la salsa napperà il cucchiaino (se vi sembra troppo liquida, incorporate un po' di amido di mais). Aggiungete la noce moscata e, se necessario, aggiustate di sale e pepe.

Lavate e tritate l'erba cipollina e il cerfoglio. Usateli per cospargere il waterzooi prima di servire.



ROTOLO INTRECCIATO AL POLLO E ROQUEFORT

PREPARAZIONE: 20 MINUTI

COTTURA: 30 MINUTI

Per 4 persone

- 2 petti di pollo
- 1 rotolo di pasta sfoglia (230 g circa)
- 80 g di Roquefort
- 30 g di gherigli di noce
- 2 pere
- 1 cipollotto
- Qualche filo di erba cipollina
- 1 cucchiaino di cumino nero
- Il succo di 1 limone
- 1 tuorlo per spennellare
- 1 noce di burro
- 1 cucchiaio di olio extravergine di oliva
- Sale e pepe macinato fresco

Preriscaldate il forno a 180 °C.

Tagliate i petti di pollo a cubetti.

Sciacquate il cipollotto e tagliatelo a rondelle sottili. Sbucciate le pere, privatele del torsolo e tagliatele a cubetti, poi irroratele con il succo di limone per evitare che anneriscano.

In una padella fate dorare i cubetti di pollo e il cipollotto con l'olio per 6-8 minuti. Salate e pepate, quindi trasferite il tutto in un piatto.

Nella stessa padella fate sciogliere la noce di burro, quindi fate cuocere i cubetti di pera, finché risulteranno leggermente caramellati. Unite di nuovo i cubetti di pollo e mescolate. Spegnete il fuoco.

Spezzettate grossolanamente le noci. Lavate e tritate l'erba cipollina. Sbriciolate il Roquefort.

Srotolate la pasta mantenendo la carta forno sottostante. Con un coltello tagliate delle frange sul bordo, lasciando al centro un terzo della pasta non tagliato. Farcite questa parte con il composto a base di pollo e pere, aggiungete le noci spezzettate e il Roquefort e cospargete di erba cipollina.

Ricoprite il tutto con le frange di pasta, alternando quelle di destra e quelle di sinistra e incrociandole come una treccia. Spennellate la sfoglia con il tuorlo stemperato con 1 cucchiaio di acqua. Cospargete di cumino nero, infornate e fate cuocere per 25-30 minuti.

Servite il vostro rotolo con un contorno di insalata condita con olio di nocciola.



RAVIOLI DI POLLO E GAMBERONI IN BRODO

PREPARAZIONE: 30 MINUTI

COTTURA: 30 MINUTI

Per 4 persone

- 24 pezzi di pasta per ravioli

Per il ripieno dei ravioli

- 200 g di petti di pollo
- 100 g di gamberoni
- 1 cucchiaino di zenzero fresco grattugiato
- 2 cipollotti
- 1 spicchio d'aglio
- Qualche rametto di basilico thailandese + qualche foglia per servire
- 1 cucchiaino di semi di sesamo
- 3 pizzichi di peperoncino
- 1 cucchiaino di salsa di ostriche
- 1 cucchiaino di olio di sesamo
- Sale e pepe macinato fresco

Per il brodo

- 1 litro di brodo di pollo (laboratorio a pag. 28)
- 1 carota
- 20 g di germogli di soia freschi
- 1 peperoncino fresco
- 1 gambo di citronella
- 1 filo di aglio cinese
- ½ mazzetto di basilico thailandese
- 1 cucchiaino di zenzero fresco grattugiato
- 1 cucchiaino di salsa di soia

Preparate il brodo. Sbucciate la carota e tagliatela sottilmente a fiammifero. Sciacquate i germogli di soia. Eliminate le prime foglie e l'estremità dura della citronella, quindi tagliate il resto del gambo a rondelle sottili. Lavate e tritate il basilico e l'erba cipollina. Private il peperoncino dei semi e tritatelo. In una pentola fate scaldare il brodo di pollo con tutti gli altri ingredienti. Portate a bollore, poi lasciate sobbollire leggermente.

Preparate il ripieno dei ravioli. Sbucciate i cipollotti e tritateli (bulbo e stelo). Sbucciate l'aglio, privatelo dell'anima e tritatelo. Lavate e tritate il basilico. Tritate finemente il petto di pollo. Sgusciate i gamberoni, privateli della testa e tritateli.

In una ciotola mescolate il pollo, i gamberoni, i cipollotti, l'aglio e il basilico. Aggiungete l'olio e i semi di sesamo, la salsa di ostriche, il peperoncino e lo zenzero. Mescolate e aggiustate di sale e pepe.

Stendete metà dei pezzi di pasta sul piano di lavoro, quindi adagiate al centro di ciascuno un mucchietto di ripieno. Spennellate leggermente i bordi con dell'acqua, quindi chiudete con gli altri pezzi di pasta e premete leggermente tutto intorno con la punta delle dita, facendo fuoriuscire la maggiore quantità possibile di aria.

Immergete i ravioli nel brodo che sobbolle per 2-3 minuti (procedete un po' alla volta), recuperandoli con una schiumarola. Serviteli subito cospargendoli di basilico.



ANATRA ARROSTO AL CHORIZO E ANANAS

PREPARAZIONE: 30 MINUTI

COTTURA: 55 MINUTI

Per 4 persone

- 2 filetti d'anatra
- 10 fette di chorizo o salame piccante
- 1 ananas fresco
- 2 o 3 rametti di coriandolo
- 1 pizzico di peperoncino
- 1 bicchierino di acqua o di porto
- 1 noce di burro
- Sale e pepe macinato fresco

Preriscaldate il forno a 220 °C.

Sbucciate l'ananas (eliminate le parti scure) e tagliatelo a fette. Lavate il coriandolo e ricavatene le foglie.

Con un coltello incidete leggermente la pelle dei filetti. Su un filetto, dal lato della carne, adagiate 3 fette di ananas e le fette di salame piccante. Spolverizzate leggermente con il peperoncino e aggiungete qualche foglia di coriandolo. Salate e pepate. Ricoprite con l'altro filetto, con la pelle verso l'esterno, e legate il tutto con spago da cucina come un normale arrosto, stringendo bene.

Mettete l'arrosto in una padella ben calda, con la pelle appoggiata al fondo. Lasciate che il grasso si scioglia e la pelle si colori a fuoco medio per 2-3 minuti, dopodiché girate e fate dorare anche l'altra parte per 2-3 minuti.

Togliete l'arrosto dalla padella (che invece terrete da parte) e trasferitelo in una pirofila da forno. Salate e pepate. Infornate e fate cuocere per 45-55 minuti, a seconda del grado di cottura desiderato, girando l'arrosto a metà cottura. Lasciatelo riposare su un tagliere per 5 minuti, avvolto in uno strato di carta d'alluminio.

Nel frattempo, tagliate il resto dell'ananas a cubetti.

Deglassate il fondo della padella con un bicchierino d'acqua (o di porto) e grattate con una spatola. Lasciate bollire per 3 minuti, fino a ottenere una salsa leggermente sciropposa. Togliete la padella dal fuoco e tenete in caldo la salsa.

In un'altra padella fate sciogliere il burro, quindi fate caramellare i cubetti di ananas per 5-8 minuti.

Affettate finemente l'arrosto. Distribuite nei piatti le fette di carne e i cubetti di ananas caramellato. Irrorate il tutto con la salsa e gustate subito.



INVOLTINI DI TACCHINO ALLE PRUGNE E BACON

PREPARAZIONE: 30 MINUTI

COTTURA: 40 MINUTI

Per 4 persone

- 4 fette di petto di tacchino piuttosto grandi e sottili
- 20 prugne secche denocciate
- 8 fette di bacon
- 250 g di impasto di carne per polpette
- 1 carota
- 2 mele varietà Royal Gala
- 1 cipolla
- 2 scalogni
- Qualche foglia di salvia
- 1 cucchiaio di panna da cucina
- 20 g di burro
- 2 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- Sale e pepe macinato fresco

Sbucciate la carota e la cipolla e tritatele. Tagliate 6 prugne a pezzetti. Tritate finemente la salvia.

In una scodella mescolate l'impasto per polpette con la carota, la cipolla e i pezzetti di prugna. Aggiungete la panna, sale, pepe e la salvia. Mescolate bene il tutto per ottenere un composto omogeneo.

Adagiate le fette di carne ben in piano. All'estremità mettete una bella cucchiata di ripieno, quindi arrotolate e ripiegate i bordi in modo che in cottura non fuoriesca. Aggiungete una fetta di bacon sopra e una sotto, quindi legate con lo spago in modo da formare degli involtini.

Tagliate le mele a spicchi.

Sbucciate gli scalogni e tagliateli a rondelle, quindi fateli rosolare con l'olio in una padella finché risulteranno traslucidi. Aggiungete gli involtini e scottateli su tutti i lati. Unite il burro, gli spicchi di mela e il resto delle prugne. Abbassate il fuoco e continuate la cottura a fuoco medio per circa 35 minuti. Servite il tutto ben caldo.

