



# QUANDO SI DICE POLLO!

I POLLI "GODONO DI GRANDE FAMA CULINARIA, TANTO CHE POSSONO ESSERE TRANQUILLAMENTE CONSIDERATI FRA I CIBI PIÙ NOTI E UNIVERSALMENTE DIFFUSI" (Marco Scardigli, *La golosa erudizione*, Casa editrice Liber Internazionale)

di FABRIZIO NONIS (fabrizio.nonis@alice.tv) - foto e food styling di CHIARA BELLASIO

Pollo è una parola che può assumere significati diversi a seconda del contesto. Utilizzata in senso metaforico, per esempio, descrive una persona non particolarmente perspicace (per non dire altro). Rimanendo invece in ambito più strettamente gastronomico – non che non ci siano "polli" anche in questo campo! – il termine, in linea generale, indica ogni individuo della specie *Gallus gallus*, allevato per usi alimentari diretti (leggi per la carne), o per le uova (il che esclude, ça va sans dire, almeno gli esemplari maschi). Scendendo un po' più nello specifico, si definiscono pollo e pollastra gli esemplari più giovani (fino a sette-otto mesi); riservando i termini gallo e gallina a quelli adulti.

## Pollo arrosto con patate

Ingredienti (per 6 persone)

1 pollo giovane (da circa 1 kg)  
olio extravergine di oliva  
1 limone  
rosmarino  
1 kg di patate  
sale

Preparazione

1. Fiammeggiate il pollo, già pulito delle interiora, per eliminare qualsiasi residuo di piumaggio. Sciacquatelo sotto acqua corrente e asciugatelo perfettamente, quindi salatelo e pepatelo sia all'interno sia all'esterno. Sbucciate il limone, tagliatelo a metà e inseritelo nel pollo insieme a un rametto di rosmarino.
2. Sbucciate le patate, tagliatele a fette e disponetele sul fondo di una teglia da forno.

Conditelo con un filo di olio extravergine di oliva, sale e una macinata di pepe e profumate con gli aghi di un altro rametto di rosmarino.

3. Appoggiate il pollo sulle patate, infornate la teglia a 200 °C e fate cuocere per circa un'ora. Mentre il pollo è in cottura, giratelo un paio di volte, dando una mescolata anche alle patate. Levate, portate in tavola e servite immediatamente.



Un trucco facile facile per verificare il grado di cottura del pollo? Basta pungere la parte più carnosa con un ago: se il liquido che ne fuoriesce è trasparente, il pollo è cotto.

# Pollo in umido

Ingredienti (per 4 persone)

Preparazione

- 1 pollo giovane (da circa 1,2 kg) tagliato in otto pezzi**
- 2 spicchi di aglio**
- 50 g di pancetta**
- 1 cipolla, 1 costa di sedano**
- qualche foglia di salvia**
- 200 g di pomodori pelati**
- 1/2 bicchiere di vino bianco**
- 1/2 l di brodo di pollo**
- farina**
- olio extravergine di oliva**
- sale, pepe**

**1.** Infarinate leggermente i pezzi di pollo e fateli rosolare in una padella con poco olio e gli spicchi di aglio. Mondate il sedano e tritatelo con la cipolla e 3-4 foglie di salvia. Preparate un battuto con la pancetta.

**2.** Raccogliete il trito e il battuto in una casseruola con 2-3 cucchiaini di olio e fate appassire. Unite i pezzi di pollo e lasciateli insaporire per un paio di minuti, mescolando ogni tanto

con un cucchiaino di legno. Bagnate con 1/2 bicchiere abbondante di vino bianco e fate sfumare.

**3.** Aggiungete i pomodori pelati, schiacciati con una forchetta, coprite per 3/4 con un coperchio e proseguite la cottura a fuoco dolce, aggiungendo eventualmente un po' di brodo caldo. Regolate di sale, profumate con una manciata di pepe e servite.

84



Per la loro versatilità, le carni di pollo sono protagoniste di tante ricette. E qui è opportuno fare qualche distinguo. Per arrosti, cotture in umido, griglia e frittura, meglio utilizzare polli giovani; per stracotti e bolliti, invece, la scelta dovrebbe cadere su esemplari... più avanti con gli anni (del resto non si dice: gallina vecchia fa buon brodo?).