

Galletto alla brace

Il **galletto alla brace** è una ricetta per cucinare il galletto al barbecue per ottenerlo bello croccante fuori e morbido e succoso dentro.

Per la preparazione del **galletto alla brace** è necessario marinare il galletto per almeno mezz'ora, ma se avete la possibilità tenete il galletto a marinare per un paio di ore prima di cuocerlo, sarà ancora più saporito!

INFORMAZIONI

- 2 persone
- **250Kcal** a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **1 ora**
- ricetta **light**
- si può **mangiare fuori**

INGREDIENTI

Per la marinata

- 2 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- 2 cucchiaini di vino bianco secco
- 1 rametto di rosmarino
- 2 spicchi di aglio
- Pepe nero macinato al momento

Per completare la preparazione

- 1 galletto o pollastrello
- Sale
- Olio extravergine di oliva

PREPARAZIONE

- Preparare la marinata con le dosi indicate di olio e vino a cui aggiungere il rosmarino tritato, l'aglio spellato ed affettato ed una macinata di pepe.
- Sciacquare accuratamente il galletto, bruciare su fiamma viva eventuali piume residue ed asciugarlo accuratamente. Metterlo in una pirofila assieme alla marinata, girarlo più volte affinché si impregni bene, aiutarsi con un pennellino per arrivare alle zone più incavate. Coprire la pirofila con alluminio o pellicola trasparente e lasciarlo a insaporirsi intanto che si prepara la brace.
- La brace ideale per cuocere la carne sarà pronta quando la fiamma rossa del fuoco si attenua ed una velatura bianca appare sui tizzoni ardenti. E' questo il momento di mettere la griglia sul fuoco a riscaldare, per poi pulirla con uno spazzolino di ferro, un raschietto o più semplicemente con qualche pezzo di carta da cucina, facendo molta attenzione a non bruciarsi.
- Una volta messa sulla brace, spennellare la carne con la marinata.
- Per una cottura ottimale, scottare la carne per il primo minuto mettendola molto vicino alla brace, quindi alzarla per i minuti successivi. Girarla di tanto in tanto facendo attenzione a non pungerla. Complessivamente la cottura durerà 15-20 minuti circa.
- A fine cottura salare e servire immediatamente con olio a crudo.

CONTORNO DI ABBINAMENTO IDEALE

Insalata fresca.

STAGIONE

Marzo, aprile, maggio, giugno, luglio, agosto

AUTORE

Ricetta realizzata da Barbara Farinelli. Fotografia di Giovanni Caprilli. Tutti i diritti riservati.



I consigli di Barbara

Se avanza è possibile sfilettarlo rimuovendo la pelle e gli ossicini e condirlo in una ciotola con olio, sale, pepe e succo di limone. Si possono anche aggiungere funghi affettati, sedano e scaglie di Parmigiano.