

Pollo ai funghi

Il **pollo ai funghi** è un secondo piatto in umido di pollo, funghi, aromi, vino e polpa di pomodoro. Veloce da preparare, leggero e saporito è un ottimo piatto unico se accompagnato con fette di pane casereccio, molto adatto per gustarne il sughetto.

Il **pollo ai funghi**, se avanza, si conserva per un giorno in frigorifero. Si può gustare scaldato assieme a un contorno morbido, come il purè o la polenta.

INFORMAZIONI

- 2 persone
- **380Kcal** a porzione
- difficoltà **media**
- pronta in **1 ora**
- ricetta **light**

INGREDIENTI

- 600 g di pollo in pezzi senza pelle
- 1 costa di sedano
- 1 carota di piccole dimensioni
- 1 scalogno
- 300 g di funghi misti a piacere
- 2 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- 50 ml di Brodo vegetale
- 100 ml di vino bianco secco
- 200 g di Polpa di pomodoro a cubetti
- Sale
- Pepe nero macinato al momento

PREPARAZIONE

- Sciacquare accuratamente il pollo e tamponarlo con carta da cucina.
- Lavare il sedano e la carota sotto acqua corrente, pelare lo scalogno e grattugiare tutte le verdure finemente.
- Pulire i funghi eliminando la parte terrosa del gambo con le radichette, sciacquarli brevemente sotto acqua corrente e affettarli.
- In una capace padella mettere l'olio, il trito di verdure e far rosolare a fiamma dolce per un paio di minuti. Aggiungere un paio di cucchiaini di brodo, un pizzico di sale e cuocere a fiamma media, coperto, per 4-5 minuti.
- Trascorso il tempo indicato alzare la fiamma, unire il pollo e farlo rosolare per qualche minuto fino a fargli prendere colore.
- Versare il vino, mescolare e farlo evaporare a fiamma vivace.
- Unire i funghi, mescolare, cuocere per un paio di minuti, quindi unire il pomodoro, assieme ad un pizzico di sale.
- Lasciar riprendere il bollore, abbassare la fiamma e cuocere per 30 minuti coperto, girando di tanto in tanto. Aggiungere qualche cucchiaino di brodo vegetale se il fondo di cottura dovesse asciugarsi troppo.
- A fine cottura scoperchiare, alzare la fiamma e far ben dorare il pollo.
- Regolare di sale, unire un'abbondante macinata di pepe e servire.

STAGIONE

Ricetta per tutte le stagioni

AUTORE

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

