

# Pollo in pezzi all'agrodolce

## INFORMAZIONI

- 2 persone
- **340Kcal** a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **1 ora**
- ricetta **light**

## INGREDIENTI

- 500 g di pollo in pezzi
- 8 scalogni
- 4 rametti di timo
- 200 ml di Brodo vegetale
- 2 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- 2 cucchiaini di aceto di vino bianco
- 4 cucchiaini di acqua
- 1 cucchiaino di zucchero
- Sale
- Pepe nero macinato al momento



## PREPARAZIONE

- Spellare i pezzi di pollo, sciacquarli sotto acqua corrente e tamponarli con carta da cucina.
- Sbucciare gli scalogni e tagliarli a spicchi.
- Lavare i rametti di timo e selezionarne le foglie.
- Scaldare il brodo.
- In una padella mettere l'olio, gli scalogni e farli cuocere per un paio di minuti a fiamma media, girando spesso. Unire il pollo e farlo dorare. Bagnare con un paio di mestoli di brodo caldo, unire il timo e cuocere coperto a fiamma bassa per 20 minuti, unendo altro brodo se il fondo di cottura si dovesse asciugare troppo.
- Nel frattempo preparare una miscela con 2 cucchiaini di aceto, 4 cucchiaini d'acqua ed 1 cucchiaino di zucchero.
- Trascorso il tempo indicato scoprire e far evaporare il fondo di cottura. Unire la miscela di aceto, acqua e zucchero, mescolare accuratamente e far evaporare a fiamma vivace, proseguendo la cottura fintanto che la carne non avrà assunto un caratteristico colore caramellato.
- Regolare di sale, unire una manciata di pepe e servire immediatamente.

## STAGIONE

Ricetta per tutte le stagioni

## AUTORE

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