



POLLO ***&*** ***COMPANY***

A cura di Tiziana Minoja
Con la collaborazione degli amici di Cucinait.com
Aprile 2006

Si precisa, per evitare contestazioni e a titolo di disclaimer, che le ricette sono state scannerizzate da varie riviste, libri, corsi, siti interne, t ecc., ma controllate, modificate e se del caso integrate o cambiate.

L'uso di questa raccolta è pertanto strettamente privata, le copie sono numerate e personalizzate e ne è vietata la diffusione commerciale.



Dal sito <http://www.agraria.org>

Il tacchino comune (*Meleagris gallopavo*): classificazione e origini

- Classe Uccelli
- Ordine Galliformi
- Famiglia Meleagridi
- Genere **Meleagris**
- Specie **gallopavo**

Il tacchino comune o "*Meleagris gallopavo*" è originario dell'America del Nord dove era largamente diffuso come animale selvatico; viveva nelle foreste vergini ai confini con le praterie e le radure, nutrendosi di bacche, insetti, larve, semi, germogli e altri cibi. In seguito alla caccia spietata inflittagli dai coloni europei e dai pellerossa esso si era rifugiato nelle foreste meno frequentate dall'uomo. Le caratteristiche morfologiche peculiari sono testa e cute priva di penne, rossa pallida con sfumature azzurre, con verruche di colore rosso intenso. In corrispondenza con la gola vi è un bargiglio di colore rosso pallido. Nella zona infraocellare vi è un processo di varia lunghezza a seconda del momento e dallo stato di eccitazione soprattutto nel maschio. Sul petto vi è il pennello o granatello formato da un insieme di setole nere lungo fino a 15 cm nel maschio. Le penne di contorno hanno l'orlo apicale tronco. La coda è composta da diciotto penne larghe che possono essere portate aperte a ventaglio (la ruota).



Tacchini selvatici - *Meleagris gallopavo silvestris* Viillot

Le sottospecie del genere *Meleagris* sono sette:

- Meleagris gallopavo gallopavo* Linneo
- Meleagris gallopavo mexicana* Gould
- Meleagris gallopavo merriami* Nelson
- Meleagris gallopavo intermedia* Sennet
- Meleagris gallopavo osceola* Scott
- Meleagris gallopavo silvestris* Viillot
- Meleagris gallopavo onusta* Moore

Si suppone che i tacchini domestici derivino dalla prima razza originaria del Messico da dove

furono importati in Spagna e da qui distribuiti in tutta Europa. I tacchini erano già stati addomesticati prima della scoperta dell'America e venivano allevati dagli Aztechi e da altre popolazioni messicane.

Il tacchino ocellato (*Agriocaris ocellata*)

- Classe Uccelli
- Ordine Galliformi
- Famiglia Meleagridi
- Genere **Agriocaris**
- Specie **ocellata**

Il tacchino ocellato o "*Agriocaris ocellata*" appartiene a genere e specie diversi dal tacchino comune; la sua zona d'origine è il Messico, lo Yucatan e il Guatemala; tracce della sua esistenza passata sono visibili nelle rappresentazioni visive degli Aztechi, dove compare intero o come penne ornamentali. E' leggermente più piccolo degli altri tacchini con un peso massimo di 7-8 kg. La livrea ha una colorazione assai bella e variegata con tinte che vanno dal nero al verde-bruno all'azzurro con riflessi color rame e oro con ocelli e picchiettature. La testa e il collo sono privi di piume e ornati da piccole verruche di colore rosso. Nella zona infraorbitale presenta un'escrescenza più sviluppata nel maschio. Manca il pennello o granatello sul petto. Lo sperone è molto sviluppato nel maschio. Si accoppia anche in modo naturale col tacchino comune dando origine a degli ibridi.



Tacchino ocellato (Caroli)

Tacchino domestico: razze e ibridi

L'American Standard of Perfection del 1953 ha stabilito sette razze di tacchini domestici. Attualmente nelle produzioni industriali non si parla più di razze ma soltanto di incroci industriali o ibridi commerciali. Le principali razze sono: Bronzato d'America (Bronze), Bianco d'Olanda, Narragansett, Nera (Black), Ardesia (Slate), Rosso di Borbone (Bourbon Red), Bianca di Beltsville (Beltsville Small White), Bronzata Gigante (Broad Breasted Bronze BBB), Bianca Gigante (Broad Breasted White BBW o Large White-LW). Le ultime due razze non sono comprese negli Standard Ufficiali.

Altre razze meno conosciute sono: l'Argentato, il Nebraskan, il Nyttany, il Royal Palm, il Blue, il Jersey giallo-marrone, il Crimson down, ecc.

Razze italiane in via di estinzione di Sabbioni e Zanon - Università di Parma

Anche il numero delle razze italiane di tacchini ha subito una forte diminuzione; in particolare si può dire che le razze originarie del meridione sono da considerarsi estinte, mentre riescono a sopravvivere in piccoli gruppi quelli dell'Italia settentrionale. Purtroppo le caratteristiche produttive via via trascurate sono sempre peggiorate; pertanto le razze rimaste poco differiscono fra loro per precocità, accrescimento delle masse pettorali e si differenziano

soltanto per il colore della livrea.

Tutte le nostre razze mantengono un'ottima propensione alla cova e nessuna presenta problemi di fecondazione vista la taglia.

Le principali razze italiane di tacchini sono:

- **Brianzolo**: originaria della Lombardia; livree varie, molto comune la reticolata, presenta caruncole aranciate; ha un peso non molto importante, il maschio pesa 6 kg mentre la femmina 3-4 kg.

- **Bronzato comune**: originario del nord Italia; presenta una livrea bronzata; il maschio raggiunge i 6 kg mentre la femmina arriva a 3-4 kg.

- **Bronzato dei colli Euganei**: originario del Veneto; con livrea bronzata; pesa 5 kg il maschio e 3 kg per la femmina. Per questa razza sono stati stanziati dei finanziamenti per il recupero genetico.

- **Castano precoce**: insieme al Nero d'Italia è l'unica razza che presenta degli standard, è originaria del Veneto. Ha una livrea castana; il maschio arriva a pesare 8-10 kg mentre la femmina 5-7 kg. Anche per questa razza sono stati stanziati dei finanziamenti per il recupero genetico.

- **Bianco di Avellino**: è originaria della Campania, ha una livrea bianca con rare macchie scure sulle remiganti; come già detto è ormai estinta.

- **Fulvo di Benevento**: anche questa razza è originaria della Campania; presenta una livrea rosso cupo, mattone molto spesso fulvo, con rare macchie nere alle estremità delle penne; è ormai estinta.

- **Di Parma e Piacenza**: presenta una livrea grigia; originaria dell'Emilia Romagna è quasi estinta vi sono solo due gruppi che contano circa 30 esemplari per ognuno.

- **Di Romagna**: originaria della stessa zona ha livree molto varie con pelle giallastra è ormai ridotta in piccoli gruppi.

- **Di Treviso**: proveniente dal Veneto aveva un piumaggio scuro quasi nero; ormai è estinta.

- **Ermellino di Rovigo**: proveniente dall'omonima città; è un tacchino rustico di taglia media, caratterizzato da un piumaggio bianco ermellino; è un ottimo pascolatore e si presta molto bene all'allevamento all'aperto anche in zone montane; i maschi raggiungono il peso di 10 kg, mentre le femmine si aggirano attorno ai 4 kg.

- **Lilla di Corticella**: Nata nel Veneto e poi fissata in Emilia Romagna presenta una livrea lilla cinereo; con un peso di 10 kg per i maschi e 6-7 kg per le femmine.

- **Nero D'Italia**: originaria della Lombardia ha un suo standard ed è la razza più diffusa come tacchino leggero, ha una livrea nera, con tarsi nerastri; il maschio arriva a 4-6 kg, la femmina a 2,5-3,5 kg.

Per ulteriori informazioni visitare il sito: **Associazione Italiana Razze Autoctone a Rischio di Estinzione**

Ibridi commerciali

I tacchini che oggi troviamo sul mercato non appartengono più ad una razza ben precisa ma sono il risultato di incroci mirati allo sviluppo delle caratteristiche produttive e funzionali. SI può dire che oggigiorno vi sono tre tipi di tacchino uno leggero, uno medio e uno pesante. Mentre i primi due sono destinati al consumo intero e a consumatori più esigenti, quelli pesanti sono destinati al consumo porzionato. Gli ibridi commerciali sono i più svariati e hanno nomi diversi solitamente di fantasia o della ditta produttrice.

Per quanto riguarda i polli... troppe sono le razze perché io possa mettervi tutte le descrizioni!!!! Vi metto un link dove poter vedere in autonomia tutte le caratteristiche peculiari di questa specie:

<http://www.agraria.org/polli.htm>

Buon divertimento!!!

Pollo

COME TI DISOSSO UN POLLO

Anonimo - dissezioni riportate da Rosetta Bragheri - Milano

Disosso... Accidenti...mi piacerebbe mostrartela dal vivo...son sicuro che impareresti subito!.
L'operazione del disosso di un pollo non è particolarmente difficile: è necessaria però un po' di "mano" e, naturalmente, degli ottimi ed affilati coltelli (ne esistono di appositi, difficilmente sostituibili da quelli comunemente usati in casa). Il pollo (soprattutto quello di allevamento, meno "coriaceo") non presenta grosse difficoltà: l'importante è procedere progressivamente in un verso e seguire "l'anatomia ossea" dello stesso. In genere si parte dallo sterno, scendendo con piccole azioni di coltello rimanendo aderenti prima alla carenatura dello sterno e poi alla gabbia toracica. Eliminata la carcassa principale si procederà al disosso della coscia e della sovracoscia, quindi del fusello dell'ala mentre la parte finale di questa verrà eliminata. Comunque, una via intermedia può essere quella di chiedere al macellaio il pollo solamente disossato e non già riempito: se è gentile te lo preparerà sicuramente.

POLLO ALLA FIORENTINA

Stefania Bruzzone - Genova

Cosce di pollo, una o due a persona a seconda delle dimensioni e... dell'appetito (Togliere il grasso visibile)

50 g prosciutto cotto

una cipolla, 1 spicchio d'aglio, le foglioline di qualche rametto di prezzemolo, un rametto di timo, una foglia tenera d'alloro

qualche falda di fungo secco, ammollata e tritata grossolanamente

un paio di mestoli di brodo

chiodi di garofano - peperoncino - marsala secco - olio - sale

Rosolare il pollo in una larga padella con un filino d'olio, uno o due chiodi di garofano, sale.

Preparare un battuto con cipolla, aglio, prezzemolo, alloro, timo e prosciutto cotto, Tritare finemente e aggiungere al pollo, facendo rosolare a fiamma bassa. Bagnare con il marsala e aggiungere i funghi A piacere, unire un peperoncino piccante.

Completare con il brodo caldo e far cuocere coperto.

POLLO A MODO MIO

Giulia Osnaghi - Milano

la mia non è certo una ricetta di alta cucina ma veloce e buona

prendere delle fettine di petto di pollo, batterle in modo che siano sottili e infarinarle, nel mentre far rosolare due noci di burro con abbondante salvia, quando il burro è caldo mettere i petti di pollo salare e pepare a piacere, lasciar cuocere finchè non si forma una bella crosticina croccante da entrambi i lati, servire caldi. se piace si possono far sfumare con un poco di vino bianco

PETTI DI POLLO CON SENAPE E OLIVE

Milena Schiavi - Mirabello

Prendo i petti di pollo e li faccio a fettine sottili quel tanto che basta per fare degli involtini. Sulla fettina passo con un cucchiaino un po' di senape forte, una fettina di pancetta arrotolata, una mezza fettina di sottiletta e arrotolo e chiudo con uno stecchino. Faccio sciogliere una noce di burro e rosolo gli involtini, aggiungo le olive snocciolate e faccio cuocere lentamente finchè gli involtini sono rosati ed è un po' fuoriuscito il formaggio dall'involantino stesso creando quasi un sughetto denso. Servire caldo.

GIRELLE ALLA PAPRIKA

Federica Ghelarducci - Lecce

* 4 fette di petto di pollo ben battute * 4 fette di prosciutto crudo saporito * 4 fettine sottili di fontina valdostana * paprika dolce * pepe nero * vino bianco secco

Si adagiano il prosciutto e la fontina sulla fetta di petto di pollo e si arrotola ben stretta fermandola con uno stuzzicadente. Si cuociono questi involtini in padella con poco olio evo e si sfumano con vino bianco. Quando si sono raffreddati gli involtini, si tagliano a rondelle e si rosolano nella stessa padella spolverando con abbondante paprika e pepe nero.

Questo modo di "camuffare" un petto di pollo si presta a molteplici varianti

BOCCONCINI DI POLLO AL ROSMARINO

Marco Capelli - Corbetta

Prendere il petto del pollo tagliarlo a bocconcini ed infarinarlo togliendo poi quella in eccesso, in una padella soffriggere bene in un filo di olio evo una cipolla tritata fine fine mettere i bocconcini a rosolare bene salare e pepare coprire con del vino bianco secco e buttare una manciata di rosmarino tritato, cuocere fino a quando il vino è asciugato e rimane una salsina densa.

POLLO IN CROSTA DI SALE

Carla Sangiorgio - Castell'Arquato

- 1 pollo medio, kg.1,200 - farina 1 kg - sale grosso 1 kg - acqua fredda 600 g. rosmarino salvia aglio pepe macinato 1 tuorlo d'uovo per spennellare

Lavare e asciugare bene il pollo, anche all'interno.

Metterci gli aromi + un pizzichino di sale e pepe macinato.

pasta:

Impastare farina, sale grosso e acqua fino ad ottenere una bella pasta soda, ma stendibile. Non aggiungere altra acqua. Io uso normale farina 00.

Allargare bene la pasta, con le mani o il mattarello, ad uno spessore di 1 cm.

Deve venire un bel disco largo abbastanza da avvolgerci il pollo.

Mettere il pollo al centro, con il petto verso il basso, così la giunzione della pasta resta sotto quando lo presenti in tavola, ripiegare la sfoglia sulla schiena del pollo, sovrapponendo un poco la pasta. Sigillare bene le estremità, magari tagliando via un poco di pasta se è troppa. Deve venire un bell'ovale tipo pallone da rugby. Bada bene che non ci siano buchini nella sfoglia.

Spennella la pasta con il tuorlo. Infornare a forno già caldo a 200° per 30 min., poi abbassare a 180° e continuare a cuocere per 40 min.

Per servirlo, taglia la calotta di pasta con il coltello seghettato del pane, vedrai che è bella dura, poi estrai il pollo e servi. Presentalo in tavola con la sua crosta però, che fa una gran bella figura.

La crosta di sale NON si mangia!

POLLO CON PRUGNE ED UVETTA

Chiara Chiavenna - Nova Milanese

Prendete un bel pollo già tagliato a pezzi, pulito e fiammeggiato, lo rosolate con olio evo, una nocetta di burro, uno spicchio d'aglio in camicia (che togliete subito), abbondante rosmarino; quando la carne inizia a sigillarsi, bagnate con 1/2 bicchiere di vino bianco secco, lasciate evaporare, quindi salate. Unite una confezione di prugne secche denocciolate ed una di uvetta secca (meglio il tipo non dolcissimo), bagnate con acqua - se necessario- e portate a cottura su fuoco medio. Si serve con il "puccino" e la frutta secca.

N.B. Per evitare la fastidiosa presenza degli aghi di rosmarino, io avvolgo i rametti, che spezzo a metà, con della garza e lego il mazzetto con corda per cucina.

STRACCETTI DI POLLO ALLO ZAFFERANO

Chiara Chiavenna - Nova Milanese

E' un piatto di origine abruzzese, come la mia nonna:

Ricavare dal pollo degli straccetti delle dimensioni di un dito circa (si può usare o un pollo intero - e la ricetta viene, a mio parere, più gustosa-, o dei petti di pollo - più magri, ma meno morbidi, più "stopposi", si dice da noi); si fa soffriggere dell'olio evo con dell'aglio (ci vorrebbe quello rosso sulmonese!), si unisce il pollo e si fa saltare per qualche minuto; quindi si mette il sale, a piacere, e si sfuma con mezzo bicchiere di vino bianco secco (come il Trebbiano d'Abruzzo). Si toglie l'aglio e si bagna il pollo con un bicchiere di brodo di carne in cui è stato sciolto dello zafferano, si mescola bene, si uniscono dei piselli freschi (meglio quelli piccolini) e si termina la cottura a fuoco basso con coperchio. Per esaltare il valore cromatico del piatto, servire con verdura dai colori caldi (pomodori confit, rosa di pomodoro, carote, ecc.)

P.S.: non ho messo dosi precise perchè di solito vado a occhio!

BOCCONCINI DI POLLO AGLI AROMI

Roberta Bianchi - Scanzorosciate (BG)

600g. petti di pollo (o tacchino) 2 spicchi d'aglio 1 rametto di rosmarino 3 foglie di salvia 1 bicchiere di vino bianco 4 cucchiaini d'olio poca farina bianca sale e pepe

Tritare l'aglio con il rosmarino e la salvia, aggiungere un po' di sale e di pepe. Ungere con poco olio i petti di pollo tagliati a bocconcini, cospargere con il trito agli aromi, passarli nella farina bianca e rosolarli in una padella larga con olio extra vergine d'oliva. Quando avranno preso un bel colore, bagnare

con il vino . Proseguire la cottura per 20 minuti circa a fuoco medio e a tegame coperto, girando ogni tanto i bocconcini.

POLLO IN SALSA SABAUDA

Roberta Bianchi - Scanzorosciate (BG)

(ricetta presa da un libro dello Slow Food dove sono pubblicate ricette di ristoranti di tutto il Piemonte)

Ingredienti:

1/2 kg di bocconcini pollo o tacchino; 1/2 l di olio e.v. oliva (io ne metto meno); 2 spicchi d'aglio; salvia; bacche rosa; 100gr acciughe; 1 limone; farina

Infarinare i bocconcini di pollo e fateli dorare pochi minuti per parte in poco olio, poi buttate quell'olio e mettete i bocconcini in una ciotola. Mettete il rimanente olio in una padella con i due spicchi d'aglio, la salvia, le bacche rosa e le acciughe. Fate andare per 3-5 minuti in modo da far sciogliere le acciughe e far insaporire l'olio. A fuoco spento aggiungere il succo di un limone e, ancora caldo, versare sul pollo. Lasciare macerare almeno qualche ora (meglio se fatto il giorno prima). Si mangia a temperatura ambiente.

BOCCONCINI DI POLLO TANDOORI

Tiziana Minoja - Milano

500g petto pollo - 1/2 tazza yogurt bianco - 1/2 cucchiaino aglio tritato - 1 cucchiaino miscela tandoori - 2 cucchiaini di burro - 1e1/2 cucchiaini di garam masala (mix di spezie)

In un tegamino sciogliere il burro, unire l'aglio tritato ed il tandoori, far insaporire qualche minuto quindi travasarlo in una ciotola ed unire lo yogurt. Tagliare il pollo in cubetti di circa 3 cm e unirlo alla miscela di yogurt e tandoori, coprire e lasciare marinare qualche ora, meglio se tutta la notte.

In un tegame antiaderente sciogliere una noce di burro, unire i bocconcini di pollo **SENZA** scolarli dalla marinata e farli cuocere 10/15 minuti rigirandoli spesso. Servire caldi.

POLLO ALLA ELIOGABALO (DA APICIO)

Sergio Salomoni - Cernusco sul Naviglio

Ingredienti:

1 pollo tagliato in pezzi porri n. 2 pinoli g 70 Latte g 100 Uova num.1 Coriandolo e santoreggia freschi
Olio, vino bianco, sale, pepe nero.

Procedimento:

Si affetta il porro (fino all'inizio della parte verde) e lo si fa appassire in qualche cucchiaia d'olio, quindi si unisce il pollo e si fa rapidamente rosolare, aggiustando sale e pepe. Si sfuma con mezzo bicchiere di vino e si unisce un mazzetto di coriandolo e uno di santoreggia. Si porta a cottura aggiungendo, se necessario, ancora del vino, magari allungato con un poco d'acqua. Frattanto si abbrustoliscono appena i pinoli, si tritano e si stemperano nel latte; si unisce questa salsa al pollo quasi a cottura e si lega, eventualmente, con un tuorlo d'uovo (oppure con mollica di pane). Si completa rapidamente la cottura e si serve ben caldo, assieme ad una insalata di lattuga condita con olio, aceto, sale, pepe e bocconcini di pecorino fresco.

Nota: in questa rassegna non può mancare la voce dei nostri antenati romani: Eliogabalo, cui Apicio dedica questa ricetta, era un imperatore, rinomato anche per essere stato un ricercato buongustaio.

POLLO ALLA CREMA

Nadia Ambrogio - Genova

Rosolare un pollo tagliato a pezzi piccoli e preferibilmente senza pelle, in un tegame con una cipolla tritata, sfumare con vino bianco e portare a cottura eventualmente con poco brodo, ci vorranno circa 40/50 minuti. Dieci minuti prima del termine unire un cartoccio di panna liquida e fare leggermente addensare. Deve restare una crema fluida.

COSCIOTTI ALLA MIA MANIERA

Nadia Ambrogio - Genova

Rosolare un trito di carota sedano e cipolla, unire i cosciotti divisi a metà senza pelle e fare rosolare, sfumare con il vino bianco. Aggiungere un trito abbondante di erbe aromatiche: rosmarino, timo, salvia e aglio, una manciata di pinoli e portare a cottura bagnando, se necessario, con poco brodo.

INSALATA DI POLLO

Camilla Sassi - Revislate

Prima la facevo quando avanzavo del pollo, adesso mi tocca farla su commissione!

Pollo avanzato, oppure lessato, tagliato a pezzetti e condito con pezzetti di ananas, pezzetti di sedano, il tutto amalgamato da abbondante maionese al curry piccante e servito sull'insalata.

INSALATA DI POLLO

Sergio Salomoni - Cernusco sul Naviglio

pollo arrosto freddo si toglie la pelle e si riduce la polpa a striscioline. Si tagliano a striscioline i cetriolini sott'aceto. Amalgamare con maionese Volendo aggiungere emmenthal o fontina Ci puoi fare un'insalata di pollo semplice e buona. Tagli a striscioline il petto, lo unisci a tanti dadini di sedano tenero e fettine piccolissime di emmenthal, poi condisci il tutto con maionese (fatta in casa!) e mostarda di Digione (3 cucchiaini mescolati ad un uovo di maionese)

IL POLLO DI CASA:

Flavia Nicoletta Mazzola Clerici - Castiglione Olona

1 pollo 1 limone 1 dado vegetale pepe e sale

la nostra cuoca mi aveva insegnato che il pollo va lavato con il sapone di marsiglia e acqua calda; una bella insaponata e una sciacquata, tolgono il grasso alla pelle, e così viene una bella crosticina croccante. Punzecchiare il limone, e infilarlo dentro al pollo con il dado.

In una pentola, sale e pepe, coprire con il coperchio e portare lentamente a cottura.

POLLO ALLA TEDESCA

Flavia Nicoletta Mazzola Clerici - Castiglione Olona

1 pollo a pezzi birra a coprire sale

In una pentola mettere i pezzi di pollo ben accostati, cercando di non lasciare troppo spazio, e in un solo strato. coprire completamente con la birra, salare, chiudere con il coperchio e far cuocere lentamente fino a quando la birra è evaporata, ed è rimasto solo un sugo scuro e zuccherino

POLLO RIPIENO AL RADICCHIO

Flavia Nicoletta Mazzola Clerici - Castiglione Olona

• 1 pollo • 130gr radicchio, 1 cipolla • 70gr burro • 70gr pancetta a fettine + • 50gr tritata • vino bianco e rosso • prezzemolo, rosmarino • 75 gr trita di maiale • 30gr grana • 1 fetta di pancarrè, 1 uovo • aglio, alloro bacche di ginepro, pepe e sale

Rosolare in 20gr di burro il radicchio a pezzi con le erbe, la cipolla rosolata, salare, pepare, versare il vino rosso e il pane sbriciolato.

Tritare tutto e unire la polpa di maiale e la pancetta, l'uovo e il grana, sale e pepe.

Farcire il pollo, cucire il buco, coprire il petto con le fette di pancetta.

Condire con il burro rimasto, l'alloro, le bacche di ginepro e il rosmarino.

In forno a 200° 1h, bagnando con il vino bianco.

POLLO ALLE MANDORLE

Flavia Nicoletta Mazzola Clerici - Castiglione Olona

Per 4 persone:

• 2 petti di pollo • 2 coste di sedano e 2 carote • 10 mandorle intere e 10 tritate • vino bianco • olio, pepe e sale

Tagliare i petti di pollo a bocconcini e cuocerli nell'olio a fuoco alto in una pentola antiaderente per qualche minuto. Aggiungere le verdure a rondelle e le mandorle tritate, bagnare con un bicchiere di vino e cuocere coperto per 10'. Aggiungere le mandorle intere, mescolare e servire.

POLLO IN GELATINA

Flavia Nicoletta Mazzola Clerici - Castiglione Olona

Ricetta ricavata da "a tavola", agosto 1994

$\frac{1}{2}$ pollo allo spiedo $\frac{1}{2}$ cipolla + 1 carola + 1 sedano + 2 foglie di alloro 800gr di brodo 1 busta ideal granulare

Tagliare il pollo a pezzetti - cuocere nel brodo con le verdure, coperto, per 1h; aggiungere la busta di gelatina e far sciogliere.

Far raffreddare con 100ml di vino bianco e prezzemolo tritato.

In uno stampo rettangolare da 18cm anche il giorno prima

POLLO ALLA BUONA di Rosy

Rosetta Bragheri - Milano

1,200 kg di pollo circa 6 patate 6 funghi coltivati 12 cipolline borratane pancetta affumicata $\frac{1}{2}$ bicchiere di Pinot Grigio olio q.b. sale e pepe q.b.

Soffriggere in una larga padella, la pancetta tagliata a cubetti.

Adagiare il pollo tagliato a pezzi e spruzzarlo con il vino bianco, lasciandolo evaporare a fuoco moderato. Continuare la cottura per 15 minuti e poi aggiungere le patate tagliate a cubetti ben distribuite, i funghi tagliati a lamelle sopra ai funghi ed infine le cipolline tagliate in quattro sempre ben livellate sopra ai funghi.

Salare, pepare e senza mescolare incoperchiare e continuare la cottura a fuoco basso per 1 ora circa.

Controllare di tanto in tanto che non si attacchi, eventualmente scuotere la padella, ma mai mescolare.

Volendo, si può cuocere in forno, sempre con le stesse modalità a 180-200°

COLLO DI POLLO RIPIENO di Rosy

Rosetta Bragheri - Milano

1 collo di pollo fegatino e dorello 1 uovo 100 g di pane bagnato nel latte 1 fetta di mortadella 3 spicchi d'aglio 1 ciuffo di prezzemolo 1 cipolla 1 carota 1 costa di sedano sale e pepe q.b.

Rosolare la cipolla con il fegatino e il dorello tritati finemente.

Lasciare raffreddare e poi unirli in una terrina con l'uovo, il pane ammollato e strizzato, l'aglio ed il prezzemolo.

Salare pepare, unire una grattatina di noce moscata ed amalgamare per bene il tutto.

Togliere delicatamente l'osso del collo, cucire la pelle ad una estremità e introdurre, dalla parte opposta, l'impasto preparato, (cucire anche la seconda estremità).

Il collo va cotto in un brodo vegetale composto da cipolla, carota, e sedano.

Lasciar raffreddare il salamotto nel suo brodo, scolarlo per bene, tagliarlo a fette e servire con insalata di stagione.

GIAMBONETTI DI POLLO di Rosy

Rosetta Bragheri - Milano

Coscette di pollo prosciutto pane ammollato nel latte un pizzico di origano 1 uovo sale e pepe q.b.

Con uno spilucchino (coltello affilato) staccate la carne dall'osso nella parte alta, lasciando attaccata quella bassa.

Piano piano rovesciate la carne, in modo che rimanga il manico (osso) scoperto.

Nel buco rimasto introducete l'impasto formato con l'uovo, il pane, l'origano, il prosciutto tritato, il sale e il pepe.

Chiudete con uno stecchino.

Appoggiateli in una pirofila con poco olio e burro.

Inserite le patate negli spazi rimasti vuoti e infornate a 180-200°.

Nota: In pratica sono delle coscette rovesciate con l'osso attaccato. Le prime volte può sembrare difficile rovesciare le coscette, vi assicuro che se prendete la mano è molto facile in alternativa potete farlo fare dal vostro macellaio.

CHICKEN MASALA

Andreina Pastorino - Genova

1 pollo tagliato a pezzi (oppure solo il petto a cubetti) 1 cipolla 1 scatola pomodori pelati 1 yogurt spezie per chicken masala sale

Affettare la cipolla, e farla imbiondire. Aggiungere due cucchiaini di spezie masala. Aggiungere il pollo a pezzi e rosolarlo bene da ogni lato. A questo punto io ho bagnato con vino bianco anche se forse non è canonico.

Comunque, aggiungere i pelati tagliati fini, con la loro acqua, e fare andare circa un'ora. Quasi a fine cottura aggiungere uno yogurt e far consumare bene la salsina. Aggiustare di sale.

Molto piccante, da servire con cus-cus, che forse attenua un po'.

POLLO FRITTO

Marco Capelli - Corbetta

tagliare a pezzi un pollo intero, marinarlo con olio un uovo intero qualche goccia di succo di limone e prezzemolo tutto mescolato insieme e lasciare riposare per almeno un ora, passare i pezzi nella farina di semola rimacinata, nell'uovo sbattuto con un pizzico di sale e nel pane grattugiato, friggere in abbondante olio evo.

ciao e buon appetito

POLLO FRITTO

Loredana Palumbo - Caserta

I FASE

fusi di pollo privati della pelle e sbollentati in acqua salata (come per cuocere la pasta) per qualche minuto (dipende dallo spessore dei pezzi): la carne deve perdere il colore rosato.

II FASE

i pezzi fatti raffreddare si passano in farina, uovo, pangrattato, poi di nuovo farina, uovo, pangrattato e si friggono in abbondante e caldissimo olio di arachidi. Si salano al momento di mangiarli.

Nota: viene davvero buono e asciutto, perchè è precotto e salato. Dopo la prima fase di cottura può essere congelato.

POLLO FRITTO AL FORNO

Fabrizia Santi - Trieste

1 litro scarso d'acqua 1 cucchiaino da tè di sale fino 6 cosce di pollo 4 petti di pollo interi, senza pelle, tagliati a metà mezza tazza di latte scremato 3 tazze di corn flakes sbriciolati finemente 3 cucchiaini di erbe aromatiche miste e secche, secondo i gusti: salvia, rosmarino, cipolla secca, timo, origano, aglio in polvere ... 1/2 cucchiaino ulteriore di sale fino pepe nero una punta di cucchiaino di paprika piccante olio d'oliva messo in una oliera spray se l'avete, altrimenti in un piccolo spruzzatore per acqua destinato a questo esclusivo uso.

Lavare bene i pezzi di pollo. Sciogliere in una bacinella il sale con l'acqua fredda, mescolando bene. Aggiungere i pezzi di pollo, coprire e far riposare in frigo 8 ore. Questo trattamento alla fine vi darà un pollo giustamente salato e succoso, non secco nè stopposo. Riunire in un sacchetto di carta (quelli per il pane, per intenderci) i corn flakes sminuzzati, le erbe aromatiche, il mezzo cucchiaino di sale, pepe macinato e la paprika, mescolando bene. Sgocciolare il pollo, risciacquarlo e asciugarlo bene con carta da cucina. Intingere ogni pezzo di carne nel latte, curando che si rivesta bene. Prendere 2 pezzi di pollo alla volta e chiuderli nel sacchetto di carta con la panatura, scuotendo bene per ricoprirli uniformemente. Ripetere con la carne rimanente. Mettere il pollo (le cosce con il lato dell'osso verso il basso) in una teglia o leccarda che lo contenga in un solo strato, coperta con carta forno leggermente oliata con un pennello, e spruzzare la carne con l'olio uniformemente, ma con mano leggera. Infornare

nella parte bassa del forno già riscaldato a 200° per 45 minuti. non sarà necessario girare i pezzi, ma, come sempre, dipende dai forni; io ne ho usato uno elettrico con funzione statica.

Nota: La stessa ricetta è stata proposta da Mariella Ciurleo di Roma, Mariella si rammarica di non aver trascritto l'autrice e che considera ormai la ricetta una ricetta "di famiglia"

PETTI DI POLLO FARCITI ALL'ACCIUGA

Emanuela Boni - Chiavari

Questa ricetta e' tratta dalla rivista "La cucina Italiana 07/00.

Ingredienti: (dose per 6 persone)

2 petti di pollo, in tutto g 800 - mozzarella g 120 - un pacco di pancarré - basilico - prezzemolo - timo - aglio - capperi salati - acciughe salate - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

Dividete i petti di pollo a metà liberandoli dall'ossicino centrale; staccate a ognuno dei 4 filetti ottenuti il rispettivo filettino e private tutti i pezzi di eventuali scarti e grassi. Spinare 6 acciughe salate, dopo averle aperte a libro, risciacquatele dal sale e asciugatele tamponandole con un pezzo di carta assorbente da cucina. Preparate un battuto tritando un mazzetto di prezzemolo, uno spicchio d'aglio, le acciughe spinate e una cucchiata di capperi dissalati. Aprite a libro i filetti di pollo incidendoli nello spessore della polpa, assottigliateli pestandoli con il batticarne bagnato, salateli leggermente, quindi distribuite su ognuno di essi la mozzarella a fettine e il trito di acciughe, il tutto equamente diviso. Appiattite anche i 4 filettini e appoggiateli al centro dei filetti coprendo il ripieno; ripiegate i lembi esterni della carne verso il bordo dei filettini poi battete sulle giunture con il dorso del coltello per chiudere la farcia nel petto. Preparate una panure passando al mixer 12 fette di pancarré senza crosta, uno spicchio d'aglio, timo, un ciuffo di prezzemolo, basilico, sale, pepe. Raccogliete la panure in una ciotola, impastatela con un filo d'olio e pressatela sui petti farciti, rivestendoli completamente. Sistemate quindi in una teglia, irrorateli d'olio e infornateli a 250° per 30' circa; serviteli croccanti.

POLLO ALLE VERDURE

Sonia Pedrielli - Milano

1 pollo 200 gr. di carote 200 gr. di cipolle 150 gr. Zucchine 150 gr. di pomodori 20 gr. di uvetta 1 peperoncino rosso olio sale pepe

Tagliate il pollo a pezzi e mettetelo in una padella con olio, sale, pepe e peperoncino. Tagliate a pezzi le carote, le cipolle, le zucchine, i pomodori e aggiungeteli al pollo. Fate cuocere per 1 ora. A 15 minuti dalla fine della cottura aggiungete l'uvetta, che avrete lasciato macerare per 1 ora in acqua calda.

POLLO AI CARCIOFI

Sonia Pedrielli - Milano

1 pollo 300 g cuori di carciofi 50 g burro 150 g olive nere farina panna liquida olio sale pepe

Tagliare il pollo a pezzi, infarinarlo e farlo rosolare in una padella con olio e burro; bagnare con il vino, salare, pepare e levare dal fuoco prima che sia ultimata la cottura.

Lessare i cuori di carciofi, farli rosolare nel sugo di cottura del pollo, unire il pollo, le olive snocciolate, la panna e terminare la cottura. Servire caldo.

Nota: Ai carciofi e alle olive si possono sostituire i funghi, io solitamente metto champignons e un po' di funghetti sott'olio.

FAGOTTINI DI POLLO ALLO ZAFFERANO

Sonia Pedrielli - Milano

un petto di pollo intero 50 g di gorgonzola dolce mezza mela un cartoncino di crema di latte una bustina di zafferano

Ripulite il petto di pollo, dividete le due parti e per ciascuna incidete dall'alto una tasca che allargherete un po' con le dita.

Preparate la farcia con il gorgonzola e la mela tagliata a pezzetti piccoli.

Riempite la tasca e chiudete con uno stuzzicadenti o, meglio ancora, cucitelo.

Fermatelo con del filo come fosse un arrostitino e mettete a cuocere con un filo d'olio e una noce di burro. Incoperchiate appena sigillata la carne, salate, pepate e eventualmente aggiungete un po' d'acqua per portare a cottura.

A cottura terminata togliete i petti dal tegame e allungate il fondo di cottura con la crema di latte salata e pepata con la bustina di zafferano.

Lasciate restringere un po' e versate sulla carne.

PETTI DI POLLO CROCCANTI di Rosy

Rosetta Bragheri - Milano

Preparare una panatura composta da pane grattugiato, salvia rosmarino aglio ben tritati, scorza di limone o arancia grattugiati sale e pepe.

Mescolare bene la panatura

Lavare e asciugare i petti, spennellarli con l'olio e passarli nella panatura preparata. Schiacciarli bene in modo che il miscuglio aderisca bene.

Cuocerli nel burro schiumoso, girarli delicatamente, lasciar ben dorare e servire con insalata di stagione.

Varianti alla panatura:

con pane grattugiato e pistacchi tritati fini

con pane grattugiato mandorle e buccia di arancia

con pane grattugiato e arachidi

...e chi più ne ha più ne metta! Largo alla fantasia!!

POLLO AL LIMONE

Daniela Cuzzocrea - Roma

Per 4-5 persone

1 pollo di circa 1200 gr. a pezzi - burro 25 gr - olio 25 gr - 1 foglia di alloro - 2 cipolle medie - 1 cucchiaino di farina - 1 bicchiere di vino bianco secco - 1 tazza di brodo caldo - 1 zolletta di zucchero - 1 limone - sale e pepe

Fiammeggiare, lavare asciugare i pezzi di pollo. Rosolare a fuoco vivo in una casseruola con olio, burro e alloro. Quindi aggiungere le cipolle tagliate grossolanamente e farle colorire. Cospargere con la farina, mescolare x qualche minuto, aggiungere e far evaporare il vino bianco e infine unire il brodo, la zolletta di zucchero, sale e pepe.

Unire il limone a spicchietti spremendo un po' il succo. Coprire e far cuocere a fiamma bassa per circa mezz'ora.

Regolare di sale e pepe.

POLLO ALLA LIGURE con olive verdi e patatine

Loredana Palumbo - Caserta

-cosciotti di pollo (praticamente la parte inferiore di mezzo pollo) fatti tagliate a pezzettoni dal macellaio;

-mezza cipolla piccola sminuzzata insieme con spicchio di aglio e prezzemolo con due aghetti di rosmarino tritati;

-olive verdi intere tipo gaeta

Si colorano bene i pezzi di pollo, soffriggendoli a fuoco vivo su tutti i lati in olio evo, burro e gli odori con le olive; si spruzza con vino bianco, si sala, si copre e si cuoce lentamente finchè la carne è ben ritirata dall'osso, le olive son diventate "grinzose", gli odori si sono disfatti e si lascia un bel fondo di sugo (cioè non si fa asciugare troppo).

Nel frattempo si friggono in olio di arachidi le patate a tocchetti, si sgocciolano e si salano pochissimo.

Quando il pollo è pronto si mettono le patate nello stesso tegame, si mescolano bene nel tutto (il sughetto le deve condire) e si lascia scoperto a riposare.

Prima di mangiare, si scalda tutto a fuoco vivo.

Nota: buonissimo! lo fanno a Chiavari. E' un piatto ricco ma economico (!?) e lo potete cuocere in largo anticipo:diventa ancora più buono quando lo scaldate.

POLLO CON OLIVE E PATATE DELLA NONNA JOLE

Chiara Chiavenna - Nova Milanese

Fare soffriggere tre-quattro cucchiari di olio extra vergine d'oliva con due spicchi d'aglio e un rametto di rosmarino, unire il pollo a pezzi (io uso coscia con controcoscia) e rosolare; unire un bicchiere di vino bianco secco di buona qualità, due manciate di olive verdi denocciolate, sale (un cucchiaino di dado vegetale fatto in casa), poco pepe nero, e far cuocere, unendo acqua, se necessario; quando la cottura è a buon punto, unire quattro patate tagliate a cubetti e terminare di cuocere, mescolando delicatamente. Semplice, ma profumatissimo e gustoso.

POLLO CON I PISELLI

Loredana Palumbo - Caserta

-petti di pollo chiusi a involtino con una spruzzatina di parmigiano dentro e fermati con uno stuzzicadenti;

-poco burro e olio per rosolarli nella padella antiaderente, per bene su tutti i lati;

una volta fatto ciò:

-un dado (io uso quello comprato) e pochissima acqua;

-pisellini primavera congelati;

-prosciutto cotto sminuzzato.

Si copre il tutto e si fa cuocere dolcemente. I piselli cacciano pure loro dell'acqua, regolatevi...

Dopo circa 20 minuti si scopre, si toglie il pollo e si fa ritirare il sughetto coi piselli.

POLLO ALL' ANTONIETTA

Giacomo Ralletto - Nardò

(la scrivo come è pubblicata)

Un pollo di 1kg. e due etti . Lo si trincia in otto pezzi . Si fa rosolare una cipolla affettata . Si infarina il pollo , lo si rosola in olio con un po' di pancetta o lardo. Si aggiunge la cipolla precedentemente rosolata , prezzemolo ,alloro, pomodoro tritato , sale e pepe. Lo si fa cuocere per 25 minuti a fuoco basso e in casseruola coperta.

CORDON BLEU

Loredana Palumbo - Caserta

I FASE

si scelgono dei petti di pollo regolari (si dovranno accoppiare), tagliati il più sottile possibile e si cuociono in padella antiaderente per pochi minuti senza condimento, salandoli pochissimo. Si asciugano bene con carta assorbente e si fanno raffreddare.

II FASE

si accoppiano i petti a due a due farcendoli con formaggio tipo sottiletta (senza farlo troppo trasbordare) e fettina di prosciutto cotto. Si passano due volte in farina, uovo sbattuto, pangrattato e si congelano (scongela poi al microonde 90W perchè la sottiletta tende a sciogliersi per prima) o si friggono.

Nota: Buoni buoni, facili, e si possono congelare pronti da cuocere.

Più salutari sicuramente di quelli comprati!

POLLO CON RUGHETTA

Loredana Palumbo - Caserta

si cuociono sulla piastra antiaderente dei petti di pollo a fette, senza condimento a fiamma alta e piastra caldissima, giusto il tempo che cuociano (in modo che non si seccino ma che siano coloriti fuori). Si impiattano caldi caldi e si condiscono con 1 cucchiaino di olio evo e qualche goccia di aceto balsamico, si coprono con rughetta (quella che si vende al supermercato in busta di una nota marca, che è piccola, già lavata, ben asciutta e non troppo amara).

Nota: Il petto rilascia un po' del suo sughino che si mescola al condimento un po' dolce con l'amaro della rughetta...buonissimo!

L'ho mangiato a Todi ed è ottimo per chi è a dieta:

GIRANDOLINE DI POLLO

Loredana Palumbo - Caserta

fate degli involtini di petto di pollo farcito con prosciutto cotto, parmigiano grattugiato e una fettina sottilissima di formaggio tipo Galbanino che si scioglie ma non troppo (il formaggio "imprigionatelo" col prosciutto). Chi ha poco tempo li può fermare con gli stecchini.

Si rosolano bene in poco olio evo e poco burro in un pentolino antiaderente dove ci stanno giusti, poi si coprono e si portano a cottura con poco brodo.

Si servono tagliandoli a fettine (sembrano delle girandole) e irrorandoli col sughetto.

BOCCONCINI DI POLLO DI MARLENA

Loredana Palumbo - Caserta

Col tritacarne (NON mixer) si trita circa 400 gr di petto di pollo e si impasta insieme ad un uovo intero sbattuto (se grande, non mettetelo tutto), 150-200 gr di ricotta molto asciutta e poco parmigiano e pochissimo sale.

Con questo si formano:

- delle polpettine tonde un po' schiacciate

- altre polpettine di forma un po' allungata che vanno rivestite con una fettina molto sottile di pancetta.

Si cuociono tutte insieme in padella antiaderente con poco olio evo e poco burro, facendole prima rosolare bene su entrambi i lati (la pancetta rilascia il suo sapore), poi coprendo e portandole a cottura.

Servitele con questa macedonia di verdure:

nel microonde, in una pirex alto e con coperchio mettete un fondo di acqua e poco sale e cominciate a cuocere delle carote a cubettini insieme a dei pisellini primavera; dopo poco aggiungete cubettini di patate.

Purtroppo i tempi non sono in grado di darli perchè dipende dal forno e dalle quantità (in tutto al max ci vorranno 5 o 7 min...). Questa macedonia andrebbe insaporita sul fuoco condendola con burro fuso, ma si può fare anche nel forno, purché stia larga in pirofila.

Si dispone tutto per bene in un piatto largo: una squisitezza da mangiare e molto sfizioso da presentare (e si può preparare anche in anticipo)

POLLO AL COCCO E RISO NERO

Anna Manduchi - Bologna

pollo al cocco

2 fusi di pollo, 1 lattina di latte di cocco, 1 cucchiaino colmo di curcuma, 1/2 dado in polvere, 2 mestolini di acqua, 3 cipollotti a rondelle, 3-4 cucchiaini di olio di riso.

soffriggere un minuto i cipollotti in olio e qualche grano di sale grosso. unire pollo e rosolare 5 minuti, coprire di acqua, latte di cocco e curcuma. far cuocere coperto per 20 minuti circa facendo addensare il sugo e rosolare la carne.

servire col riso nero (alternativa semplice riso basmati lessato in acqua poco salata)

riso nero

200 g riso nero, 2 noci di burro, prezzemolo riccio

lessare il riso 20 minuti in acqua leggermente salata, scolarlo mescolarlo al burro e cospargere di prezzemolo.

POLLO AL CURRY

Lucilla Cremoni

Ingredienti: Un pollo tagliato a pezzi non grandi, curry in polvere o in pasta, una scatola di latte di cocco, una o più patate, due cucchiaini di olio di semi, sale, uno spicchio di cipolla (facoltativo)

Il curry (di pollo, manzo o agnello) è un tipico piatto coloniale, che era particolarmente gradito agli inglesi in India e dintorni. A sua volta, la spezia da cui prende il nome non è ricavata da una singola

pianta, ma è un mix di spezie, che in loco era, e in parte è ancora, d'uso fare in famiglia, un po' come da noi la conserva di pomodoro, quindi con una certa varietà nel dosaggio e proporzione degli ingredienti.

Ti do' la ricetta del curry che faccio io e che mi deriva da veri "indigeni", ed è sempre un gran successo. Lascia insaporire la carne per un'oretta con una cucchiata di curry.

Scalda bene l'olio in un tegame da spezzatino, se vuoi facci soffriggere la cipolla tritata quindi rosola per bene la carne. Nel frattempo, diluisci due-tre cucchiaini di curry in un bicchiere d'acqua, e quando la carne è ben sigillata aggiusta di sale, aggiungi il curry diluito e, quando ha ripreso il bollore, aggiungi il latte di cocco e per ultime le patate (tipico ingrediente coloniale, come vedi...), e finisci di cuocere a fuoco tranquillo.

Note: Qualcuno aggiunge al tutto anche delle uova sode intere (sgusciate, ovviamente), ma secondo me non aggiunge nulla e appesantisce il tutto. Se non ti piace il latte di cocco puoi usare quello normale, ma il risultato è molto inferiore. Per quanto riguarda il riso, ti consiglio di usare il Basmati che è particolarmente profumato, ma attenta a cuocerlo nel modo giusto. Cioè, lo devi lavare prima di usarlo, sciacquandolo delicatamente fino a che l'acqua ne viene fuori pressoché limpida, poi lo copri d'acqua (l'acqua deve arrivare a un cm o poco più sopra il riso) e lo cuoci dolcemente, coperto, per circa un quarto d'ora o finché il riso è cotto e asciutto, sollevando il coperchio il meno possibile.

Il curry si può congelare tranquillamente, nel caso -improbabile- ne avanzasse molto. Invece, i rimasugli di sugo e carne ecc. si possono riciclare come ripieno per fagottini di pasta sfoglia (curry puffs), e sono ottimi anche per gli aperitivi.

POLLO AL GORGONZOLA

Aldo Marchi - Gorizia

per 4 persone... circa

- 500 g circa di petto di pollo - 170 g di gorgonzola (dolce, non piccante e senza mascarpone) - un bicchiere di vino bianco - olio e.v.o. q.b. - sale q.b.

Tagliare il petto di pollo a bocconcini di 3 cm circa, infarinarli ben bene e soffriggerli con un po' d'olio. Dopo una quindicina di minuti, salare e sfumare con il vino bianco. Far evaporare il vino.

A cottura quasi ultimata (gli ultimi 2 minuti, per intenderci) aggiungere il gorgonzola a pezzetti e far sciogliere il tutto. Dovrebbe risultarne fuori una crema semi-densa. Nota: Importante è non far cuocere troppo il gorgonzola, per questo si aggiunge solo alla fine, e solo appena tutto il gorgonzola risulterà sciolto.

SPIEDONI DI POLLO E RISO PIPIRIPÍ.

Marco Argieri Apopka

Spiedoni: petto di pollo, peperoni rossi dolci, finocchi, carote sbiancheggiate, cipolla, funghi freschi.

Marinata: succo di limone, olio d'oliva, salsa di Soja, aglio e coriandolo tritati.

Riso Pipiripí: noci a pezzi, pomodoro fresco non maturo (meglio quelli da insalata), mela verde, mais in grani, zenzero fresco, cipolla, aglio e prezzemolo tritati.

Imbiondite la cipolla con lo zenzero (1/2 cm per persona pulito della buccia e grattugiato), gettate il riso e, senza soffriggere, coprite di acqua bollente più un poco (la proporzione sarebbe di 2 tazze e 1/2 ogni tazza di riso, ma il nostro riso è differente: deve risultare un riso Pilaff + gli ingredienti come sopra). Quando comincia a bollire, mettete il fuoco al superminimo, tappate e aspettate pazientemente 25 minuti senza scoperchiare. Passato questo tempo, gettate la mela verde con buccia pulita dei semi e a cubetti, con i restanti ingredienti, date una mescolata, fate riprendere calore, spegnete il fuoco e mantenete tappato fino a servire come cuscinetto per gli spiedoni, che avrete grigliato brevemente, o flambato (io li faccio flambati. Con Vodka, naturalmente).

PETTI DI POLLO ALLE NOCCIOLE.

Marco Argieri Apopka

Ingredienti:

2 bei petti di pollo 100g. di nocciole aglio e rosmarino tritati vino bianco 100g. di zucca 2 zucchine piccole 2 pomodori perini salsa di soja

Fate tostare le nocciole, pelatele e rompetele grossolanamente.

Scottate i petti da una parte sola e metteteli da parte. Distribuite le nocciole nella padella in modo da adagiare i petti sopra dalla parte ancora cruda. Date 5 minuti a fuoco basso coperto, poi versateci 1/2 bicchiere di vino mescolato con due cucchiainate di salsa di soja e coprite ancora dando altri 5 minuti.

Affettate le zucchine e la zucca e disponetele sul pollo. Date altri cinque minuti, affettate i pomodori, adagiateli sopra, spolverate con il trito e tappate per altri 5 minuti.

POLLO RIPIENO DISOSSATO

Dal mio archivio: Tiziana Minoja

Disossate un pollo con un coltellino ben affilato o scorticchino, partendo dal petto fino al dorso e ripetere la cosa dalla parte opposta. Tagliare i nervi delle ali alla base e quelli delle cosce, spolpando bene le sopracosce. Vi rimarrà una carcassa in mano che potrete usare per un ottimo e leggerissimo brodo.

Per il ripieno: le dosi sono per un pollo da 1 Kg.

300 gr. di carne macinata mista 50 gr. di prosciutto crudo 50 gr. di salame 50-60 gr. di parmigiano 2 o 3 uova pane raffermo bagnato prezzemolo noce moscata fettine di pancetta affumicata

Amalgamare il tutto come fareste per le polpette

Rivestite l'interno del pollo con fettine di pancetta e riempitelo di carne, chiudere con stuzzicadenti.

In una pentola mettere un po' d'olio d'oliva e un po' di burro e far scaldare, adagiare il pollo e farlo rosolare da ambo le parti, un'abbondante spolverata di farina e aggiungere 1/2 lt. di vino bianco e due mestoli di brodo, rosmarino, salvia, timo, maggiorana e noce moscata. Portare a cottura rigirando spesso per evitare che si attacchi per via della farina, circa 1 ora. togliere il pollo e farlo raffreddare conservando la salsa che passerete al mix, al momento di servire tagliare a fette e cospargere di salsa calda.

POLLO COL PANGRATTATO

Vittoria Diano - San Donato Milanese

6 cosce di pollo, 150 gr. di pangrattato insaporito con aglio e prezzemolo tritati, sale e parmigiano, 4 peperoni gialli e rossi sale, olio, aromi, aceto (facoltativo).

Aprire le cosce del pollo e appiattirle lasciando l'osso, metterle a macerare per almeno un'ora, rigirandole di tanto in tanto nell'olio con sale, aglio e prezzemolo tritati, timo, rosmarino e altri aromi a piacere.

Impanarle nel pangrattato facendole ben aderire. Metterle in una teglia coperta con carta da forno, insieme ai peperoni tagliati a strisce, irrorare con un filo d'olio e salare, poi mettere in forno a 180° il tempo necessario per cuocere i peperoni e dorare il pollo che bisognerà rivoltare durante la cottura. Prima di togliere dal forno, volendo, spruzzare sui peperoni un po' di aceto.

Allo stesso modo si può cucinare anche il coniglio.

BUFFALO WINGS

Marco Argieri Apopka

alette di pollo senza le punte, 3 cucchiaini di burro, 3 di Worcestershire sauce, 2 di catsup, 2 spicchi d'aglio tritati.

Si preparano le alette con poco sale e pepe, si dispongono su una teglia unta e si cuociono al forno a 350F per 1 ora e 1/2. Intanto si prepara il burro con gli altri ingredienti. A parte si prepara una salsa con 1/2 tazza di maionese, gorgonzola a piacere, 1/2 tazza di yogurt o panna acida, 1 cucchiaino di succo di limone ed 1 cucchiaino di aceto bianco, e si servono le alette spalmate con il burro e accompagnate da bastoncini di sedano e carote con la crema di gorgonzola.

Salsa BBQ.

Ingredienti: 1 cucchiaino di zucchero di canna, 1 cucchiaino di olio d'oliva, 1 cipolla tritata, 1 tazza di ketch-up, 1/2 tazza di passato di pomodoro, 1/2 tazza di brodo di carne ristretto, 4 grani di pepe schiacciati, 1 cucchiaino di Tabasco, 1 tazza di succo e polpa di ananas, 1 cucchiaino di aceto balsamico, 1 cucchiaino di senape in polvere. Soffriggete la cipolla nell'olio e aggiungete gli altri ingredienti,

mescolando. Riducete fino a che diventi ben spessa (a fuoco basso ci vorranno ca. 3 ore), staccate e aggiungete 1/2 tazza di melassa.

Mettete al forno le alette leggermente salate fino a che dorino, poi le togliete, le spalmate con la salsa e le rimettete al forno fino a che diventino di un bel bruno rossiccio, quindi le servite con la crema di gorgonzola con sedani, carote e cetrioli a bastoncini.

FUSI DI POLLO CON PEPERONI

Daniela Mora - Mortara

Ingredienti:

6 fusi di pollo, 250 gr. di polpa di pomodoro, 1 cipolla, 3-4 peperoni gialli e rossi, burro, sale, olive nere, prezzemolo

Preparazione:

Sciogliere in una pentola una noce di burro e fare rosolare la cipolla tagliata sottile, quando sarà dorata aggiungere i fusi e rosolarli qualche minuto per parte. Aggiungere la polpa di pomodoro, lasciare cuocere 15 minuti. Unire i peperoni tagliati a pezzi non troppo piccoli, e lasciare cuocere fino a quando saranno morbidi, salare, unire le olive e spolverizzare con il prezzemolo tritato.

POLLO AGLI AGRUMI

Fiorella Rosato - Roma

1 kg petto di pollo tagliato a piccolissimi pezzi cipolla 2 arance 1 limone (grande) 1 pompelmo 1 vasetto di yogurt bianco mandorle a scaglie

soffriggere brevemente della cipolla in olio, quindi rosolare i tocchetti di pollo fino a metà cottura.

Salare.

Aggiungere il succo degli agrumi, coprire e portare a cottura.

Aggiungere il vasetto di yogurt, amalgamare bene e spegnere il fuoco.

Servire cosperso di mandorle.

POLLO ALLA GRECA DI CHIARA

Chiara Chiavenna - Nova Milanese

In una casseruola soffrigo abbondante aglio ed una cipolla -ridotta a brunoise- in tre-quattro cucchiai di olio extravergine d'oliva, fiammeggio il pollo, lo taglio a pezzi e lo faccio rosolare nel soffritto finchè non si vedono più parti crude; unisco poi un scatola di pomodori pelati (o, ancora meglio, dei pomodori freschi, se è stagione), due manciate di olive nere denocciolate (non quelle al forno, che lasciano l'amaro) e abbondante origano (io uso quello della Sila, che ho preso in vacanza in Calabria: eccezionale!!!), sale e pepe nero. A circa tre quarti della cottura, unire tre belle patate tagliate a pezzettoni (tipo cubetti). Quando il pollo sarà pronto, unire altro origano e fare riposare un poco prima di servire.

Nota: E' profumatissimo, molto buono d'estate; si chiama "alla greca", perchè mangiato a Cefalonia nel lontanissimo ormai 1982 e copiato subito al rientro! Ciao da Chiara.

POLLO AL CARDAMOMO E LIMONE

Manuela Cooperman - Foxborough, Massachusetts

1 pollo di 1,600-1,800 Kg 30 ml olio di oliva extra-vergine 1 bustina di zafferano oppure 4 g di curcuma sale e pepe 4 baccelli di cardamomo verde 1 limone

Pulire, lavare e asciugare bene il pollo.

Spremere il limone e metterne il succo con l'olio e 1/4 di litro scarso di acqua, i baccelli di cardamomo aperti, lo zafferano (o curcuma), sale e pepe in una ampia casseruola dotata di coperchio che chiuda bene. Portare a bollire poi mettervi il pollo e far cuocere a fuoco molto basso, aggiungendo un altro 1/4 di litro di acqua quando il liquido di cottura e' stato assorbito. Rigidare il pollo ogni tanto in modo che cuocia uniformemente. Quando il pollo e' tenero (dopo circa 1 ora e 30 minuti), e' pronto da servire con la sua salsetta.

D'inverno lo mangiamo caldo con patate arrosto o in puré.

D'estate e' buono freddo, accompagnato da un'insalata mista. In questo caso il pollo va tolto dalla casseruola, tagliato a pezzi e disossato, togliendo anche la pelle. Il sugo di cottura va filtrato e sgrassato. I pezzi di pollo vanno messi in un vassoio di servizio, ricoperti del sughetto filtrato e messi in frigo a raffreddare bene. Il sughetto si rapprende e forma una gelatina molto gustosa. Va benissimo per un buffet freddo.

FUSI DI POLLO ALL'AGLIO

Anna Manduchi - Poggio Rusco

6 fusi di pollo (con o senza pelle...de gustibus) 3 rametti rosmarino 1 testa d'aglio 5-6 cucchiari di olio sale grosso pepe

In una teglia con carta forno si dispongono i fusi conditi con tutti gli ingredienti. si mescola per bene con le mani in modo da far distribuire il condimento e gli spicchi di aglio.

Si copre con l'alluminio. forno caldo a 180 gradi per 45 minuti, poi si scopre e ancora 30 minuti o più a 200 gradi per far ben rosolare.

rustico ma di effetto.

Variante: a metà cottura unire delle patate leggermente rosolate o lessate che finiscano la cottura nel sughetto del pollo

COTOLETTE DI POLLO AI PEPERONI

Anna Manduchi - Poggio Rusco

fare delle normali cotolette con fettine di petto di pollo , impanandolo in uovo e pangrattato insaporito con un po' di sale pepe e aglio. poi farle intiepidire, tagliarle a listarelle e condirle con peperoni arrostiti spellati e fatto a listarelle. aggiustare se serve di sale.

TOAST DI POLLO

Anna Manduchi - Poggio Rusco

6 fettine di pollo 6 fette di emmenthal 6 fette di crudo o cotto sale rosmarino poco olio scottare da ambo i lati le fettine in olio e rosmarino. salarle poco. su ogni fetta mettere un po' di prosciutto e il formaggio. incoperchiare e cuocere a fuoco alto per 2-3 minuti (deve solo fondere il formaggio) servire calde con una bella insalatona

POLLO ALLE OLIVE NERE

Anna Manduchi - Poggio Rusco

4 hg dadi di pollo o tacchino 1 confezione di pelati 20 olive nere tostate 2 spicchi di aglio olio sale pepe basilico a crudo

Rosolare appena i dadi di pollo senza condimento. versare i pelati schiacciati, aglio olive sale (poco, ci sono le olive!!) pepe e un cucchiaino raso di zucchero. far restringere tutto a fuoco vivacissimo (deve essere ben asciutto!) e servire con crostoni di pane insipido strofinato con aglio. servire con basilico fresco spezzettato grossolanamente

PETTI DI POLLO ALLO ZENZERO

Sandra Vacchi - Vence (Francia)

Ingredienti

Petti di pollo tagliati a striscioline Limone succo e scorza grattugiata Zenzero fresco grattugiato Coriandolo, foglioline Farina Olio burro Sale

Passare le striscioline di pollo nella farina.

In una padella ,fare sciogliere un po' di burro ed olio di oliva.

Fare dorare la carne,versare e fare sfumare il succo del limone.

Mettere zenzero grattugiato,scorza grattugiata di limone o striscioline dello stesso tagliate a julienne,salare,aggiungere un po' di acqua calda. Finire la cottura a fuoco basso, coperto. Si deve formare un sughetto cremoso. Sminuzzare le foglie di coriandolo, decorare il piatto. Servire con riso basmati.

POLLO ALLA CACCIATORA

Sandra Vacchi - Vence (Francia)

Immane pollo alla cacciatora, in questa storia di volatili a rischio di infezione.

Pollo ruspante del vicino anch'esso sacrificato. Mi ha riportato ai giorni della mia fanciullezza quando arrivava dalla campagna il pollo.

Ingredienti

Un pollo ruspante vecchiotto 1Cipolla 1 costa di sedano 1carota Vino bianco 1/2 bicchiere Brodo un bicchiere Salsa di pomodoro o pomodori freschi Burro, olio, sale, pepe.

Mettere in un tegame,olio,burro ,cipolla tritata. Aggiungere il pollo tagliato a pezzetti e rosolare il tutto. Spruzzare $\frac{1}{2}$ bicchiere di vino bianco secco. Salare pepare.

Aggiungere salsa di pomodoro, o pomodori maturi ,spellati e senza semi. Sedano e carota tritati. Bagnare con un bicchiere di brodo, possibilmente o altrimenti acqua calda, lasciare cuocere circa 45/60 minuti secondo l'età del pollo. Correggere sale e pepe se necessario.

Servire con patate al forno a tocchetti.

ALLA SANGINETESE di Francy

Francesca Gaeta - Sanginetto

Ingredienti:

1 pollo acqua olio sale 4 spicchi d'aglio 1 cipolla di Tropea 1 bicchiere di vino prezzemolo rosmarino peperoncino 1/2 bicchiere d'aceto paprika dolce

Tagliate il pollo a pezzi, scaldate l'olio con l'aglio in camicia in una padella capiente, unite il pollo, togliete l'aglio, aggiungete mezzo litro d'acqua, il prezzemolo e il peperoncino tritato, la cipolla tagliata a rondelle sottili, il rosmarino, la paprika (io uso quella piccante) il bicchiere di vino e il sale. Proseguire la cottura. Quando sarà cotto versare l'aceto e far rosolare.

SCALOPPE DI POLLO

Rossana Lori - Marino (Roma)

Petti di pollo a fette (sottili) Pomodori pelati Cipolla Burro Basilico Parmigiano Farina q.b. Vino Sale
Infarinare i petti di pollo. Far sciogliere la cipolla in una noce di burro e cuocere i petti di pollo nell'intingolo. Irrigare con il vino. A cottura ultimata togliere i petti di pollo e nel sughetto rimasto spezzettare i pelati, il basilico ed un po' di sale; cuocere il tutto a fuoco moderato per una decina di minuti. Aggiungere di nuovo i petti di pollo e insaporirli con il sugo per altri due minuti. Aggiungere una spolverata di parmigiano sulle fette di pollo spegnere il fornello e mettere il coperchio. Servire caldi.

SPINACINE

Andreina Pastorino - Genova

carne di tacchino cruda tritata 300 gr. spinaci 100 gr. uova 1 + 1 per la panatura parmigiano una bella manciata pangrattato per addensare pangrattato per la panatura noce moscata sale pepe

Mischiare tutti gli ingredienti, compreso un po' di pangrattato se l'impasto non fosse sufficientemente sodo, poi formare le classiche polpettine schiacciate, passarle nell'uovo sbattuto e nel pangrattato, e friggerle in olio bollente finchè non sono belle dorate.

TEGLIA DI POLLO PROSCIUTTO E MOZZARELLA

Loredana Palumbo - Caserta

I FASE (anche il giorno prima)

Si passano le fettine di petto di pollo nella farina poi nell'uovo sbattuto e si friggono in olio di arachidi.

II FASE

si imburra una teglia da forno, si sistemano le fettine di pollo mettendoci sopra una fettina di mozzarella molto asciutta, o di fiordilatte, e una di prosciutto cotto.

Si cuociono nel forno per circa 20 min, il tempo che si fonda la mozzarella.

Nota: Ottimo per i pranzi con gli amici (se hanno anche bambini meglio ancora!)

Sono sempre molto apprezzati, e spesso li congelo per tenerli come secondo veloce per quando non ho tempo di cucinare...

MOUSSE DI POLLO

Chiara Chiavenna - Nova Milanese

Lessare due petti di pollo interi, e, separatamente, una grossa patata; scolarli e frullarli, ormai freddi, con un cucchiaino d'olio extravergine d'oliva, una costola di sedano verde sbianchita, due cucchiaini di prezzemolo, sale, due cetriolini sotto aceto; se necessario, unire un poco di brodo della cottura del pollo. Unire 100g di mascarpone freschissimo, lavorando il tutto a spuma. Servire su crostini di pane. Ciao da Chiara.

POLLO DI ANTONIETTA.

Antonietta Maria Gaeta - Novara

1 pollo a pezzi 2 carote 1 rametto di rosmarino 1 foglia di alloro 1 cipolla gialla 1 bicchiere di passata di pomodoro 1/2 bicchiere di vino bianco secco olio, sale, pepe.

Prendete un tegame, dove porrete la cipolla tritata, il rametto di rosmarino, una foglia di alloro, le carote pulite e tagliate a pezzi, fate soffriggere il tutto e poi aggiungete il pollo a fuoco vivo deve sfrigolare e prima di girarlo dovrà avere come una piccola crosticina, finire bene la rosolatura, salare, pepare e aggiungere il 1/2 bicchiere di vino bianco far sfumare il vino aggiungere il bicchiere di passata di pomodoro e un pochino di acqua. Mettere il coperchio e cuocere x mezz'ora circa vi accorgerete spero quando sia cotto se il pollo dovesse contenere troppi liquidi togliere il coperchio e lasciar asciugare un po' il pollo.

POLLO AL CURRY

Maria Cristina Lorini - Arezzo

Ingredienti:

Un pollo disossato e ridotto in piccoli pezzi tipo spezzatino (ma si può usare anche pollo a pezzi o petti di pollo) 2 belle mele sbucciate e affettate sottilmente Olio Burro o margarina 1 cipolla Curry Pomodoro a cubetti 500 gr Sale

Far tirare l'acqua al pollo a fuoco vivace e mettere da parte.

Stufare il trito di cipolla lentamente in olio e burro, a fuoco basso e tegame coperto. Aggiungere le mele a fettine (io uso le golden) e far insaporire bene.

Aggiungere anche i pomodori in pezzi, 2-3 cucchiaini di curry (regolare secondo i propri gusti) e salare.

Mettere ora il pollo e cuocere a fuoco basso e coperto. All'occorrenza allungare con acqua.

Servire accompagnato da riso basmati lessato.

Nota: Adoro questo piatto. Quando ero piccola la mia mamma lo preparava in occasione di certe cene con ospiti di riguardo. Forse allora la cucina orientale faceva ancora colpo.

Io l'ho cucinato anche per un buffet in occasione del diciottesimo della figlia di un'amica e i ragazzi l'hanno molto apprezzato.

POLLO CON LIMONE, MIELE E SENAPE

Primavera Realini - Milano

Tagliare a bocconcini un petto di pollo e marinarlo qualche ora con un'emulsione di miele (1 cucchiaino), senape (1 cucchiaino) e il succo di 1 limone, sale e pepe.

Scaldare una bistecchiera (senza grassi) e cuocere pochi minuti i pezzi di pollo scolati. Mentre cuociono, si possono pennellare con la marinata, ma la cottura è rapida.

Servire su un letto di asparagi tagliati a rondelle e cotti con un po' di olio e la buccia di limone grattata sopra.

POLLO AL LIMONE

Primavera Realini - Milano

Pollo a pezzi con pelle. (Vanno bene anche cosce, sottocosse ecc). Diluire 2 o 3 cucchiaini di senape con 2 o 3 cucchiaini di limone. Rivestire il pollo con questa crema. Preparare del pane grattato con sale e la buccia grattata di 2 limoni. Impanare il pollo e mettere in una teglia in un unico strato. Forno a 180° per 1 ora (girare a metà cottura)

POLLO ALLO ZENZERO

Primavera Realini - Milano

Petto di pollo a strisce 500 gr Soya, zucchero Aglio, zenzero, cipolla

Riso bianco per accompagnare

Scaldare olio nel wock, soffriggere 2 spicchi d'aglio e 2 o 3 cm di zenzero finemente tritati; aggiungere la cipolla tritata e soffriggere poco a fiamma alta. Mettere il pollo, soffriggere, aggiungere $\frac{1}{2}$ bicchiere di saké, salsa di soya a piacere e 1 cucchiaino di zucchero.

POLLO RIPIENO di Rosy

Rosetta Bragheri - Milano

1 pollo intero sale 1 uovo 100 ml di latte 80 g pangrattato 1 grossa patata sbucciata e lessata per il ripieno 2 patate medie sbucciate da unire al brodo $\frac{1}{2}$ salsiccia fresca fegatino e durello del pollo pepe nero grana grattugiato prezzemolo 10 g funghi secchi rinvenuti (a piacere)

Salare e pepare l'interno di un pollo fiammeggiato, lavato e asciugato.

In una terrina mettere il pane grattugiato con il latte e lasciarlo ben inzuppare.

Aggiungere i funghi ammollati strizzati e tritati grossolanamente, la salsiccia precedentemente rosolata con poco burro, aglio il fegatino e il durello tritati.

Unire anche l'uovo, la patata lessata e passata nello schiacciap patate, il parmigiano, il prezzemolo tritato e una grattatina di noce moscata.

Amalgamare bene gli ingredienti e poi introdurre nel volatile questo preparato.

Cucire per bene con filo da cucina.

Preparare una pentola con 2 lt di acqua salata, $\frac{1}{2}$ cipolla, 1 chiodo di garofano, $\frac{1}{2}$ carota, il sedano, l'alloro e immergere il pollo.

Portare ad ebollizione e cuocere a fuoco basso.

Dopo una ventina di minuti, inserire nel brodo le rimanenti patate sbucciate e lavate.

Quando le patate risulteranno cotte, anche il pollo sarà pronto.

Togliere il pollo, scolarlo bene e adagiarlo su un piatto da portata foderato con foglie di lattuga.

POLLO ALLA BIRRA

Stefania Bona - Sassari

tagliare il pollo a pezzi a metà rosolatura aggiungere le cipolle tagliate con la mandolina e far finire di rosolare, salare aggiungere la birra in una unica volta e fare cucinare.

SOVRACOSCIE IMBOTTITE

Stefania Bona - Sassari

disossare delle sovracosce di pollo poi batterle con il batticarne mettere del prosciutto cotto della fontina a pezzetti e poi chiudere con stuzzicadenti, impanare (senza uovo) e poi fare rosolare molto bene finché non diventa rosso, salare, mettere il vino bianco e far ritirare.

Questa ricetta dal lontano '76, quando l'ho preparata per la prima volta, è diventata un must di tutte le estati, in casa mia.

CURRIED CHICKEN SALAD

Edvige Lari - Gavorrano

Tratto da C.I. luglio '76

Petti di pollo gr.300 maionese gr.70 panna da montare gr.50 una mela a polpa soda - un cetriolo - un cuore di lattuga - una costa di sedano - curry - sale e pepe

Lessate i petti di pollo in acqua in ebollizione salata; scolateli, lasciateli raffreddare e poi tagliateli a grossi dadi mettendoli in una ciotola. Al pollo unite il sedano tagliato a rondelline, la mela pelata e tagliata a cubetti grossi circa la metà di quelli del pollo, il cetriolo pelato e tagliato a rondelle sottilissime con l' affettatartufi.

Montate leggermente la panna, incorporatela delicatamente alla maionese ed insaporitela con un cucchiaino raso di curry, sale e pepe.

Con questa salsa condite gli ingredienti nella ciotola mescolando molto bene. Disponete in una insalatiera le foglie di lattuga e versate al centro l'insalata di pollo.

Si possono usare eventuali avanzi di pollo arrosto.

STRACCETTI DI POLLO CON PISELLI di Rosy

Rosetta Bragheri - Milano

1 petto di pollo 2 spicchi d'aglio in camicia 300 g pisellini lessati e scolati (conservare l'acqua di cottura)
4 fettine di speck tagliato a filetti 1/2 bicchiere di vino bianco 1/2 cucchiaino di farina olio q.b. sale e pepe q.b.

Tagliare il pollo a listarelle e lavarlo.

In un tegame rosolare l'aglio in camicia leggermente schiacciato con l'olio.

Unire gli straccetti di pollo, saltarli leggermente e versare il vino.

Salare, pepare e cuocere a fiamma bassa con il coperchio, finchè il sughetto si è ristretto.

Stemperare la farina in mezzo bicchiere di acqua di cottura dei piselli, aggiungere i piselli, mescolare bene, lasciar amalgamare per un paio di minuti e servire.

POLLO MEDITERRANEO

Alberto Martirani Rizzo - Napoli

Ingredienti:

una padella antiaderente;

pezzi di pollo, specialmente coscette intere o sezionate in fusi ed avancosce private con la carta da cucina, della loro pelle; un paio di cucchiari di acqua corrente; sale q.b.

rosmarino e altri odori che si preferiscono, (io aggiungo uno o due spicchi d'aglio o polvere d'aglio o direttamente un mio mix in polvere contenente "odori mediterranei" e polvere d'aglio; piccantino se piace onde poter ridurre il sale.

Porre tutti i pezzi di pollo in una padella antiaderente, con su gli odori ed il resto. Coprire con coperchio e far cuocere, a fuoco medio, per una ventina e passa di minuti.

Dopo di che levare il coperchio, far evaporare il brodo di cottura e far rosolare per benino tutte le parti del pollo.

Nota: Questa mia semplicissima e breve ricetta mi è stata regalata dalla signora Wilma di Campobasso ed è utile per chi non può mangiare grassi ed altro.

Ricetta in uso costante da un paio d'anni.

PICCATELLE AI CARCIOFI

Stefania Arnoldi - Massafra

Olio evo Petto di pollo 200gr. Fettine di bovino magra 300 gr. Carciofi interi 300 gr. 1 scalogno prezzemolo trito 1 cucchiaino sale pepe.

Pulire i carciofi tagliarli a fettine sottili e porli in acqua acidulata. Tagliare le carni a pezzetti di 5-6 cm. Scaldare l'olio (2 cucchiari), aggiungere lo scalogno trito e farlo appassire, unire i carciofi, salarli. Dopo circa 10 m. quando saranno teneri, togliere i carciofi ed unire le carni al sughetto rimasto farle cuocere a fuoco vivace; farla dorare salarla e riunire i carciofi. Se il tutto fosse troppo secco aggiungere dell'acqua calda. Unire il prezzemolo, mescolare bene e aggiungere il pepe.

GIRANDOLE COLORATE AL POLLO

Francesca Besostri - Travacò Siccomario

3/4 fette di petto di pollo, piuttosto sottili. 150 gr di erbe già lessate 3/4 fettine di formaggio polpa di pomodoro

Far saltare le erbe in poco olio aromatizzato con uno spicchio di aglio.

Intanto che si intiepidiscono, battere se necessario le fettine di petto di pollo per renderle sottili.

Disporre sopra le erbe, ricoprire con il formaggio (meglio usare un tipo di non rapida fusione).

Chiudere a involtino con degli stecchini.

Riscaldare in un tegame un poco di olio, far rosolare gli involtini, sfumare con poco vino, aggiungere la polpa di pomodoro, correggere di sale e l'eventuale eccesso di acidità del pomodoro con un pizzichino di zucchero, e tirare a cottura.

Servire affettato irrorato con il sughetto.

POLLO MESSICANO

Francesca Besostri - Travacò Siccomario

Una non ricetta:

Petto di pollo a cubi o striscioline, salsa tacos dolce pronta, poco formaggio, misto di spezie per carni bianche.

Far saltare in poco olio il petto di pollo. Aggiungere le spezie e bagnare con poco olio o brodo vegetale, in modo che le spezie si distribuiscano in modo uniforme.

Cuocere fino a una bella colorazione del pollo (ci vorranno circa 5 minuti), sempre rigirando.

Aggiungere la salsa per tacos, spolverare di formaggio grattugiato e servire così o su piade riscaldate in precedenza.

Nota: Ci sono tipi di salse in commercio che non contengono oli strani, ma solo pomodoro, cipolle e peperoni: è un buon modo per fare un pollo gustosamente dietetico, togliendo la spolverata di formaggio finale.

PETTO DI POLLO FARCITO

Rosetta Bragheri - Milano

Tempo: 20'

Per 1 persone:

petto di pollo g 130 - scarola g 80 - uvetta sultanina g 10 - prezzemolo - dragoncello - 2 cucchiaini di olio extravergine - aceto balsamico - sale - pepe

Aprite a libro il petto di pollo, battetelo, salatelo. Tritate molto finemente il prezzemolo e il dragoncello. Cospargete con il trito il pollo, arrotolatelo e avvolgetelo nella pellicola. Cuocetelo in acqua bollente per 7'-8'. Intanto, ammolate l'uvetta nell'acqua tiepida; scottate la scarola con 2 cucchiaini di olio per 3'-4', aggiungendo alla fine l'uvetta e due cucchiaini di aceto balsamico; salate e pepate. Lasciate che il sugo di cottura si riduca per un paio di minuti, poi servite il pollo parzialmente affettato su un letto di scarola.

Nota: Durante una dieta ipocalorica, in cui la presenza delle proteine è fondamentale, la carne non risulta gradita proprio perché, per esigenze dietetiche, è priva o quasi di condimento. Questa preparazione è un valido esempio, invece, di come la fantasia possa premiare il gusto e la linea. Il merito è, in questo caso, dell'aceto balsamico.

POLLO AL GREEN CURRY

Stefania P Clegg - Londra

1/2 melanzana, 1 cucchiaino di sale, 1 cucchiaio di olio, 1-3 cucchiaini di green curry paste, 200 ml circa di latte di cocco, 1 carota media, 10-15 champignons piccoli e chiusi,

2-3 petti di pollo (si può anche fare con 8-10 code di gamberoni), succo di mezza lima, 1 cucchiaino di zucchero, 5-10 foglie di basilico, 2 peperoncini rossi e qualche foglia di coriandolo fresco

Tagliare le carote a fiammifero, tagliare i peperoncini nel senso della lunghezza, pulirli eliminando i semi.

Tagliuzzare le foglie di coriandolo

Tagliare la melanzana a dadi, farla scolare sotto il sale (io non lo faccio mai). Pulire e asciugare la melanzana con della carta da cucina.

Scaldare l'olio in una padella, aggiungere un po' del pesto verde e soffriggere per un minuto. Aggiungere un po' di latte di cocco, e aggiungere poco per volta il resto + la carota, la melanzana, i gamberi (o il pollo tagliato a cubetti), la salsa di pesce, il succo di lima e i funghi. Girare e continuare a cuocere, girando i gamberoni sino a cottura ultimata. Aggiungere lo zucchero e il basilico. Servire immediatamente e decorare con le foglie di coriandolo e il peperoncino rosso.

Nota: ovviamente il pollo richiede un periodo di cottura maggiore e la scelta è fra cuocerlo prima a vapore, tagliarlo e poi passarlo nella padella con gli aromi, oppure metterlo direttamente in padella a pezzi, e aggiungere più liquidi, coprire e far cuocere a fuoco bassissimo: è infatti particolarmente buono quando il pollo risulta tenerissimo. Però devi ricordarti di aggiungere appunto più liquidi (magari un po' di acqua), perchè così non basta. Logicamente a seconda del peperoncino che usi devi regolarti tu affinché non ti venga fuori un curry troppo ... aggressivo. Il gusto della cucina thailandese è generalmente agrumato (grazie al lemon grass, la lima e lo zenzero), e piccante, ma non dolce come quello della cinese (ovvero, è un agrodolce diverso).

Green Curry Paste

3 cucchiaini di semi di coriandolo, 1/2 cucchiaino di semi di cumino, 15 peperoncini verdi (tipo piccolo), 4 pezzi di lemon grass (si può omettere, aggiungendo più zenzero fresco), 2 spicchi di aglio, 1 scalogno, zenzero fresco, l'equivalente di un cucchiaio, 1 cucchiaino di sale, 1 cucchiaino di salsa di pesce (fish sauce - sostituibile con un po' di fumetto di pesce molto ristretto o con un po' di worcestershire sauce), 1 cucchiaino di pepe verde, 1/2 cucchiaino di curcuma macinata.

Sbucciare lo zenzero e gli spicchi di aglio, tagliare il lemon grass, l'aglio, lo scalogno e lo zenzero.

Scaldare i semi di coriandolo e cumino in una padella sino a doratura, poi pestarli in un mortaio (questa operazione si può omettere se si usano le spezie già macinate).

Mettere i peperoncini, il lemon grass, l'aglio, lo zenzero e la cipolla nel robot e aggiungere il sale, il pepe, la curcuma e la salsa di pesce, Triturare sino ad ottenere un pesto compatto - aggiungere alla fine i semi pestati e mischiare.

Nota: Questo pesto si può tenere in un vasetto di vetro nel frigo.

CURRY DI POLLO INDIANO

Paola Sambruna - Lacchiarella

750 gr di Pollo a pezzi 2 vasetti di yogurt intero (senza zucchero!) 2-3 cipolle medie tritate 3 foglie d'alloro 4-5 baccelli di cardamomo 5-6 chiodi di garofano 6-8 spicchi d'aglio tritati 3 cucchiaini di zenzero fresco 1 cucchiaio di peperoncino rosso in polvere 1 cucchiaio di curcuma 1 cucchiaio di semi di coriandolo in polvere 1 cucchiaio di semi di cumino in polvere 2 pomodori medi, a pezzettini piccoli 1 mazzo di coriandolo fresco (NON sostituirlo col prezzemolo, piuttosto omettilo). 1 cucchiaio di garam masala sale qb olio qb (NON olio d'oliva, olio d'arachidi va benissimo)

Marinate il pollo nello yoghurt metà dello zenzero e dell'aglio, un quarto delle cipolle e delle spezie secche indicate, per circa un'ora.

In una padella scaldare l'olio e mettere le foglie d'alloro, i chiodi di garofano e il cardamomo, facendoli andare a fuoco medio, per non bruciarli.

Quando cominciano a dorare aggiungere il resto delle cipolle. Quando saranno dorate aggiungere il rimanente zenzero e aglio

Continuare a mescolare perché non si attachino e aggiungere il rimanente delle spezie e sale.

Poi aggiungere il pollo con tutta la marinata e alzare la fiamma.

Soffriggere finché si asciuga e l'olio affiora alla superficie e ai lati, aggiungere i pomodori e continuare a soffriggere finché sono cotti.

Aggiungere acqua per avere un sugo non troppo denso, abbassare la fiamma e fare cuocere il pollo finché è tenero.

Aggiungere il garam masala e mescolare bene, poi spegnere dopo 2 minuti. Le spezie aggiunte a freddo non hanno sapore, devono cuocere senza bruciarsi, altrimenti cambiano sapore e rovinano tutto il piatto).

Guarnire col coriandolo tritato. Servire con riso basmati bianco.

POLLO AL CURRY CON VERDURE

Ricetta tratta da La Cucina Italiana, aprile 2003.

Rosetta Bragheri - Milano

600gr petto di pollo 1 peperone grande 2 zucchine 2 carote 1 cucchiaio di panna vino bianco farina, curry, olio, sale, pepe.

Lavate e tagliate le verdure a striscioline e cuocete con 3-4 cucchiai d'olio per 5 minuti, salate. Infarinate il pollo a pezzetti, scuotendo l'eccedenza di farina, unitelo alle verdure aggiungete 1 cucchiaio di curry salate e rosolate qualche minuto. Bagnate con 1/2bicchiere di vino bianco cuocete 15 minuti circa, unite la panna e fate addensare.

POLLO AL CURRY - MURGH ZAFRANI DI CORALLO

Rosetta Bragheri - Milano

1 pollo tagliato a pezzi senza pelle- 1 cipolla -2 spicchi d'aglio- un pezzetto di zenzero fresco - una manciata di anacardi- una manciata di mandorle- un vasetto di yogurt spesso- 2 cucchiaini di cardamomo in polvere- $\frac{1}{2}$ cucchiaino di macis in polvere- 1 cucchiaino di peperoncino in polvere- dose generosa di pistilli di zafferano- sale- burro chiarificato (ghee)

Tagliare la cipolla, stufarla con un cucchiaio di ghee. Frullarla,aggiungendo qualche cucchiaio d'acqua per formare una pasta morbida. Frullare l'aglio e lo zenzero sempre con un poco d'acqua. Frullare gli anacardi e le mandorle. Idem Mescolare bene il pollo, lo yogurt e le spezie (eccetto lo zafferano). Marinare per un 10 minuti. In una pentola con coperchio che possa andare in forno,mettete tutti gli ingredienti. Mescolare bene. Aggiungere lo zafferano sciolto in poca acqua. Chiudere con foglio di alluminio e incoperchiare. Sigillare il coperchio con l'alluminio che fuoriesce. Infornare 150°/170° per 1 $\frac{1}{2}$. Passare la salsa per un colino e servire con riso.

POLLO CON I CECI

Sonia Coen - Milano

3 sovracosce di pollo - 300 g ceci - 1 cipolla piccola - 2 patate medie - concentrato di pomodoro - paprika forte - sale q.b.

Soffriggere in abbondante olio e.v. la cipolla. Quando è dorata aggiungere un cucchiaio da tavola ben colmo di concentrato di pomodoro, i ceci messi in ammollo per una notte, mezzo o più se piace cucchiaino di paprika forte, sale, le patate pelate e tagliate in quattro pezzi ciascuna, il pollo.

Coprire il tutto con acqua. Al primo bollore abbassare la fiamma e...cuocere, cuocere, cuocere finche i ceci non diventano belli morbidi e l'acqua sia tutta assorbita (eventualmente se ne può aggiungere fino alla cottura dei ceci)

PIE DI POLLO E CHAMPIGNON

Chiara Bellagamba - Roma

ingr. 6 persone

2 confezioni di pasta brisée già tirata 1 pollo intero arrosto (da rosticceria) 1 vaschetta di champignon 2 uova intere e 1 tuorlo 250 g di besciamella pronta 100 g di pecorino dolce grattugiato 150 g di speck a dadini 1 spicchio d'aglio e prezzemolo tritato olio evo, sale e pepe nero

Preriscaldare il forno a 200°. Pulite gli champignon e tagliateli a pezzettoni. Rosolate lo speck in una padella unendovi 1 cucchiaio di olio e 1 spicchio d'aglio pelato. Quando è rosolato, versate in padella gli champignon e cuoceteli con lo speck per 3 minuti. Spegnete, eliminate l'aglio e fate raffreddare.

Prendete il pollo arrosto, eliminate le ossa e tagliate la carne a pezzi. Mescolatela al composto di speck e funghi, unite la besciamella, le uova e il pecorino. Pepate a piacere e unite una manciata di prezzemolo.

Mescolate. Foderare uno stampo a cerniera (diam. 26 cm) con un primo disco di brisée lasciandolo sbordare. Versatevi il composto di pollo, livellando la superficie. Rivoltate i bordi della pasta verso l'interno e coprite il tutto con un secondo disco di pasta più piccolo. Sbattete il tuorlo e usatelo per spennellare la superficie del pie. Infornate e cuocete per 35 minuti, abbassando la temperatura a 180°. Per evitare che la superficie brunisca troppo, copritela a metà cottura(o quando avrà raggiunto una

dortatura ottimale) con un foglio di stagnola. Sfornate e fate intiepidire il pie: servitelo a fette (è ottimo anche freddo come spuntino o pranzo veloce) con un'insalata.

PETTI DI POLLO AL LIMONE

Alessandra Calosso - Torino

1 petto di pollo intero 2 limoni 1 bicchiere di vino bianco secco 3 chiodi di garofano sale e pepe

Per le verdure:

2 dl. di acqua 1 bicchiere di vino bianco secco $\frac{1}{2}$ bicchiere di aceto bianco 1 cucchiaino di zucchero 1 foglia di alloro 4 cipolle medie 4 zucchine sale

Per il condimento:

2 cucchiaini colmi di prezzemolo tritato 1 cuore di sedano affettato la scorzetta di 1 limone olio extra vergine sale e pepe

Tagliate a piccoli pezzi i petti di pollo e metterli a marinare con abbondante succo di limone per circa un'ora. Unite all'acqua il vino, l'aceto, lo zucchero, la foglia di alloro, il sale e portare ad ebollizione, quindi aggiungete le cipolle tagliate a quadretti e, dopo 5 o 6 minuti, le zucchine tagliate a tronchetto.

A cottura avvenuta scolatele e lasciatele raffreddare.

Asciugate i pezzi di pollo, sigillateli, trasferiteli in un altro tegame, sfumateli con il vino bianco secco, profumate con un chiodo di garofano, e proseguite la cottura per pochi minuti e salate.

Emulsionate tutti gli ingredienti elencati per la salsa. Mescolate in una ciotola il pollo con le verdure e condite il tutto con la salsina preparata. Controllate se è necessario aggiungere ancora succo di limone.

Lasciar riposare ancora mezzora e servire.

POLLO AL FORNO CON SCALOGNI

Lorenza Bricola - Arcisate

1 pollo a pezzi 10 scalogni 1 testa di aglio olio vino rosso 1 cucch. aceto balsamico

Lavare e fiammeggiare il pollo, scaldare l'olio sul fornello in una casseruola da forno e rosolare il pollo scalogni e aglio, spruzzare di vino rosso, fare evaporare, unire qualche rametto di rosmarino, sale, pepe e passare la casseruola in forno caldo a 180° per circa 40' mescolando ogni tanto.

Se vedete che prende troppo colore coprire con un foglio di alluminio.

Appena pronto trasferire il pollo e gli scalogni in un piatto e tenere in caldo, mettere la casseruola sul fuoco, aggiungere l'aceto 2 cucch. di vino e far bollire a fuoco vivace grattando il fondo con un cucchiaino di legno, scartare il rosmarino e versare sul pollo.

A volte io frullo a parte l'aglio e gli scalogni e servo la crema su crostoni di pane.

COXINHA

Francesca Spalluto - Londra

Ai meno intuitivi, significa coscetta. Si tratta di una croquettina ripiena di pollo.

$\frac{1}{2}$ litro di latte 250 g di farina 25 g di burro un pizzico di sale mezzo dado di pollo

Qui, si mettono tutti gli ingredienti in pentola a fiamma media, la farina si aggiunge quando il latte bolle.

Si fa cuocere la pasta che formerà una palla che si stacca dalle pareti.

Per il ripieno: Fate bollire del pollo e poi sfilacciatelo. Fate soffriggere il pollo in un trito di aglio e cipolla, poi salate, pepate e spolverate con il prezzemolo. Nota mia: Io aggiungerei anche un po' di concentrato di pomodoro, per darli un po' di colore e sapore in più. Prendete un pezzettino di impasto, grandezza di una noce, fatene una pallina, premetela e allargatela a dischetto. Riempite con un po' di pollo e richiudete, cercando di dare alla coxinha la forma di un fusetto di pollo. Si passa prima in uovo sbattuto e poi nel pangrattato e si frigge in abbondante olio.

POLLO ALL'AGLIO

Nadia Ambrogio - Genova

Si usano 10 o 12 spicchi d'aglio vestiti, 4 si inseriscono nella cavità del pollo insieme a 2 rametti di rosmarino, gli altri circondano il pollo con ancora qualche rametto di rosmarino, si inforna a 200° per 1 ora coperto. Quindi si estrae, si unge il pollo con il grasso che si sarà formato, eventualmente un goccio

di olio, ma solitamente non è necessario, uno spruzzo di vino bianco ed ancora in forno per mezz'ora. Quando lo sforni, prima di tagliarlo lascialo riposare 5 minuti, come tutti gli arrostiti.

POLLO COL PANGRATTATO E PEPERONI

Vittoria Diano - San Donato Milanese

6 sovracosce di pollo, 150 gr. di pangrattato insaporito con aglio e prezzemolo tritati, sale e parmigiano, 4 peperoni gialli e rossi, olio, aromi, aceto (facoltativo). Aprire le sovracosce del pollo e appiattirle lasciando l'osso, metterle a macerare per almeno un'ora, rigirandole di tanto in tanto nell'olio con sale, aglio e prezzemolo tritati, timo, rosmarino e altri aromi a piacere. Impanarle nel pangrattato facendole ben aderire. Metterle in una teglia coperta con carta da forno, insieme ai peperoni tagliati a strisce, irrorare con un filo d'olio e salare, poi mettere in forno a 180° il tempo necessario per cuocere i peperoni e dorare il pollo che bisognerà rivoltare durante la cottura. Prima di togliere dal forno, volendo, spruzzare sui peperoni un po' di aceto. Allo stesso modo si può cucinare anche il coniglio.

POLLO CON LIMONI CONSERVATI E OLIVE

Manuela Cooperman - Foxborough, MA

1 pollo di 1,5-2 kg
3 cucchiaini di olio di oliva
1 cipolla grande, tritata finissima
2-3 spicchi di aglio schiacciati
1/4 di cucchiaino di zafferano
1/2-1/3 di cucchiaino di zenzero in polvere
1 stecca di cannella
sale e pepe
2-3 limoni conservati (solo la buccia)
12-15 olive verdi grosse

Porre il pollo, e tutti gli ingredienti eccetto i limoni e le olive, in una capace casseruola, possibilmente di terracotta. Coprire a metà di acqua e far sobbollire pian piano, coperto, girando il pollo ogni tanto e aggiungendo altra acqua se necessario. Cuocere così per 1 ora e 1/2, o finché il pollo è così tenero che la polpa si stacca facilmente dalle ossa. La salsa deve risultare densa. Aggiungere le scorze di limoni tagliate a piccoli pezzetti e le olive 15 minuti prima della fine della cottura. Alternativamente, mettere parte dei limoni già all'inizio in modo da aver un sapore più intenso.

FINTA SALSICCIA DI POLLO O TACCHINO

Ramona Pasini - Milano

1 petto di pollo pulito e tagliato a tocchetti o l'equivalente quantità di tacchino
1 bella carota
1 cipollina
una costa di sedano
poca senape
pepe
1 uovo
2 cucchiaini di grana
una punta di aglio

Porre tutto nel mixer, aggiustando di sale, frullare senza però fare poltiglia, lasciando i componenti leggermente grossi. A questo punto prendere la pellicola trasparente, e formare delle salsiccie con il composto, avvolgendo strettamente e chiudendo i salsicciotti con un nodo. Immergerli in acqua tiepida e portare a bollore, cuocere da 30 a 50 minuti, dipende dalla grossezza della salsiccia. Si possono consumare caldi, affettati in cocottine monoporzionati appena colorati con una salsina lenta di pomodoro e una fettina di mozzarella o altro formaggio passato sotto il grill, o anche freddi con una salsa in agrodolce di soia inspessita con un cucchiaino di maionese...E poi, ragazzi, la fantasia non ci manca...la base è molto delicata, si presta a tutte le vostre variazioni, ho anche pensato a un pesto di ruchetta mooolto liquido però...Si accettano molto volentieri pareri...

POLPETTINE DI POLLO

Alessandra Carissimi - Basiglio

200 gr. di petto di pollo macinato, 250 gr. di ricotta, un uovo, 40 gr. di parmigiano grattugiato, 30 gr. di pangrattato, un ciuffo di prezzemolo, 80 gr. di prosciutto crudo affettato sottile, vino bianco, 3 cucchiaini di olio exv, un rametto di rosmarino, sale. Tritate fine il prezzemolo, mettetelo in una terrina e lavoratelo con la ricotta, il pollo, un pizzico di sale, l'uovo, il pangrattato e il parmigiano. Formate con il composto tante polpettine di forma allungata grosse come una noce, quindi fasciatele ognuna con una fettina di prosciutto. Fate rosolare le polpettine in una padella con l'olio e il rosmarino diviso in ciuffetti; spruzzatele con un po' di vino e cuocete per 10 minuti circa a fuoco basso, girandole con una paletta. Toglietele dal fuoco e servitele calde. Potete servire queste polpette come antipasto o secondo accomagnandole con un'insalata mista di stagione o spinaci saltati al burro. Se amate i sapori decisi,

unite un po' di senape rustica al composto di ricotta e sostituite il prosciutto con speck magro o pancetta affumicata.

RICCI DI POLLO FRITTI

Anna Moroni

Servono 450 g di fettine di pollo tagliate a striscioline. In una padella mettere a soffriggere il pollo in 1 cucchiaio d'olio e $\frac{1}{2}$ spicchio d'aglio vestito. Salare, pepare, e profumare con un cucchiaino di timo. Sfumare con un po' di vino bianco. Fare intiepidire e passare al tritacarne (o, in mancanza, al mixer). Nel frattempo avremo fatto bollire 350 g di patate con la buccia. Una volta tiepide, vanno sbucciate, schiacciate e inumidite con 3 cucchiai di latte. In una ciotola si mescolano assieme la carne e le patate. Si aggiungono 1 uovo intero e due tuorli, parmigiano, prezzemolo, noce moscata e si aggiusta di sale. Con questo composto si preparano delle polpette che vengono passate nell'uovo sbattuto e infine ricoperte con capelli d'angelo spezzettati piccolissimi. Si friggono in olio evo.

Per la salsa. Due peperoni già abbrustoliti, uno per ogni tipo di salsa (si preparano due tipi). Per la prima salsa, nel mixer si frullano assieme al peperone olive verdi snocciolate, e 50-60 g di robiola. Nel secondo tipo al peperone si aggiunge basilico, aglio, pinoli e formaggio pecorino e si frulla.

SOVRACCOSCE DI POLLO AI PEPERONI E PATATE

Marina Braitto - Trento

Rosoli velocemente le sovraccosce (dopo averle un po' pulite e tolto la pelle in eccesso) in una padella bella capiente e larga con un filo di olio ev, quindi aggiungi le patate a pezzi, sale, pepe e rosmarino e continui la rosolatura; dopo ca. 5 min aggiungi mezzo bicchiere di brodo (anche acqua e dado già caldi), ora aggiungi i peperoni tagliati a pezzi non troppo piccoli (si riducono parecchio in cottura) e dopo aver messo il coperchio lasci cuocere per ca. 30 minuti. Il tutto si deve presentare compatto, ma con una leggera crema creatasi dal sugo ... evtl aggiungere brodo o togliere coperchio per asciugare ...

POLLO ALLA RUDINI'

grazia piraccini - cesena

Prendere un bel pollo abbastanza grosso, tagliarlo a pezzi non troppo grandi e togliervi la pelle. Lasciarlo per 4 ore in una marinata di limone rosmarino e aglio. Togliere dalla marinata, asciugarlo, salarlo, infarinarlo, poi impanarlo in uovo e pangrattato come una cotoletta. Disporre i pezzi ben stesi in una pirofila imburrata, mettere su ognuno un fiocchetto di burro, infornare a 180-200 gradi per 1 ora

Nota: Questa ricetta la preparava mia suocera a mio marito quand'era bambino e che oggi io gli cucino quando voglio "prenderlo per la gola". Mi è stata data da sua sorella, che l'ha ricopiata pari passo da un vecchio "quadernino nero" di ricette della loro mamma, ma credo che provenga dall'Artusi.

POLLO ALLE MANDORLE QUASI ORIENTALE

Lucilla Di Chiara - Civitanova Marche

3 hg di petto di pollo tagliato a pezzetti e messo a macerare per una mezz'ora in una miscela di vino bianco mescolato con qualche cucchiaio di salsa di soia

2 o 3 zucchine e 1 o 2 carote tagliate a tocchetti lunghi e stretti

una manciata abbondante di mandorle spellate

maizena

In un wok caldo far dorare le mandorle senza condimento, aggiungere le verdure a pezzi, un po' d'olio e far andare coperto per pochi minuti, unire quindi il pollo con tutta la sua marinata, aggiungere ancora della salsa di soia (secondo il gusto) e far cuocere velocemente a fuoco vivace, bastano pochi minuti: la carne deve essere cotta e le verdure restare croccanti. Non occorre salare. A fine cottura sciogliere un cucchiaio di maizena in poca acqua fredda e versare nel wok per far spessire la salsa. Servire subito caldo.

Nota: E' una ricetta velocissima che incredibilmente piace molto anche ai bambini nonostante ci siano le verdure.

La faccio da diverso tempo ma adesso mi viene il dubbio che possa averla copiata dal Forum, non mi ricordo proprio, anche perchè non l'ho mai scritta. Se per caso qualcuno si riconosce come autore si faccia pure avanti, non vorrei proprio prendermi una paternità non mia!!!

POLLO ALLA FRANCESCHIELLO

Chiara Chiavenna - Nova Milanese

Un pollo 125 cc. di olio extravergine d'oliva 3 spicchi d'aglio 2 rametti di rosmarino un peperoncino rosso piccante, 1 bicchiere di vino bianco secco 100g di olive nere snocciolate Un vasetto di sottaceti tipo giardiniera sale.

Rosolare il pollo a pezzi con olio, aglio, rosmarino e peperoncino piccante, quindi versare il vino, coprire con un coperchio e cuocere per circa tre quarti d'ora. Unire le olive nere e i sottaceti, far cuocere qualche minuto e servire.

Nota: Una squisita ricetta abruzzese, provata quest'estate a Civitella del Tronto (che merita una visita!)

PORTAFOGLI DI POLLO DELICATI

Donatella Talone - Francavilla al Mare

Prendere 4 bei petti di pollo interi, inciderli al centro con un bel coltello affilato, senz aarrivare fino in fondo ma, facendo una sacca. Salate e lasciate.

Intanto prendete la buccia grattugiata di due bei limoni non trattati, circa 50-60 gr di mandorle spellate e trite, prezzemolo grattugiato e due tre cucchiali di olio di oliva per legare. Unite il tutto riempite le sacche dei petti di pollo. Sistemateli in una teglia imburrata, dopo averli infarinati un pò, coprite con del latte e altri fiocchetti di burro. Ricoprite e cuocete in forno. Verso la fine scoprite e fare dorare leggermente. Servite a fette con spicchi di limone fresco.

ROTOLO DI PETTO DI POLLO RIPIENO

Rossella Tavilla - Mentana

(Per 6 persone)

2 petti di pollo interi 2 salsicce 2 etti di spinaci lessati 1 panino all'olio 1 uovo 2 cucchiali di parmigiano 1,5 etti di pancetta tesa tagliata sottile 1 carota 1 pezzetto di gambo di sedano $\frac{1}{2}$ cipolla ramata Rosmarino Buccia di limone a filetti Brodo Vino bianco Olio Sale

Aprire i due petti di pollo, ricavandone la maggior superficie possibile, battere bene e salare.

Preparare la farcia con gli spinaci tritati, le due salcicce spellate, il panino ammorbidito in poco latte, l'uovo e il parmigiano. Spalmatelo sulle due fette di pollo arrotolate ben stretto, ricoprite con le fette di pancetta e legate con spago da cucina.

Fate rosolare i due rotoli in una padella antiaderente appena unta, sfumando poi con il vino.

Trasferite tutto in una teglia da forno, aggiungere la carota, il sedano e la cipolla a dadini, un rametto di rosmarino, la buccia di limone e mettere in forno a 190° per un'oretta. Appena la carne arriva a temperatura, ad intervalli regolari, irrorarla con un po' di brodo e qualche cucchiaino di vino.

Togliere la carne dal forno e lasciarla raffreddare per bene. Passare al frullatore il fondo di cottura, tranne il rosmarino, e filtrarlo in un colino, spremendo bene per far uscire tutto l'umore dalle verdure.

Tagliare a fette e servire con la salsa calda.

PETTI DI POLLO CON SALSINA PROFUMATA ALL'ARANCIA

Chiara Chiavenna - Nova Milanese

Prendo due petti di pollo interi (circa 500-600g), li separo e li avvolgo completamente con un etto di pancetta tagliata a fettine sottilissime; li metto in una pirofila da forno e cuocio in forno ventilato già caldo a 180° per una mezz'ora circa. In un pentolino scaldo 25 g di burro e 25 g di farina 00 setacciata e, quando iniziano a "friggere", unisco 250 cc di brodo di pollo già sgrassato e cuocio, mescolando, per almeno 5 minuti; tolgo dal fuoco, regolo di sale e unisco il succo di un'arancia non trattata, grossa e sugosa, di cui tengo da parte la buccia, che in parte rigo con il rigalimoni per ottenere delle striscioline. Tolgo i petti dal forno, li faccio raffreddare un pò e li taglio dal lato corto con fette oblique, che dispongo a mezza raggiera su un piatto da portata caldo. Copro la carne con la salsa d'arancia ancora

molto calda, cospargo con le striscioline di buccia e decoro con un fiore ricavato dalla buccia d'arancia con un coltellino: 5 petali ovali e un pistillo tondo, che pongo sul bordo del piatto con prezzemolo riccio o crescita.

POLLO GUSTOSO

Alessandra Toldo - Vicenza

Si prendono delle fettine di petto di pollo e si fanno rosolare in un po' d'olio ed una noce di burro. Si fa sfumare anche con un po' di vino bianco. Quando sono rosolate, si aggiunge un cucchiaino di senape forte, qualche carciofino sott'olio tagliato in due e alla fine si aggiungono un paio di sottilette. Se si vuole, si può finire con una presa di sale ed anche del pepe. Si fa amalgamare il tutto e non appena le sottilette si sono sciolte, si serve ben caldo. Secondo me è un piatto squisito ed anche velocissimo da preparare.

PETTI DI POLLO ALLA PAPRIKA

Alma Chiampo - Torino interpreta una ricetta di Laura Barzan

400 g di petti di pollo 1 vasetto di yogurt naturale 75 g panna da cucina light vino bianco (un 1/2 bicchiere) olio, paprika, sale pepe

Fai rosolare i petti di pollo tagliati a striscioline in una padella con un po' d'olio d'oliva, sale e pepe. Quando cominciano a imbiancare aggiungi il vino bianco lo yogurt, 2 cucchiaini di paprika e la panna da cucina, mescoli bene il tutto e lasci cuocere il pollo per altri 15'/20' a fuoco basso.

POLLO TARTUFATO AL PREZZEMOLO

Katia Patrese - Lonate Pozzolo

Dal libro " La Grande Cucina Dimagrante " di Michel Guérard

1 pollo da 1 kg

per la guarnizione: 1 cucchiaino da caffè' olio arachidi 2 cucchiaini prezzemolo tritato 1 cucchiaino erba cipollina tritata 1 cucchiaino da caffè' dragoncello tritato 2 scalogni tritati 50 gr champignon tritati 1 cucchiaino di formaggio fresco tipo ricotta magrissimo sale - pepe

per il sugo: 18 cl di fondo di pollame o brodo di dado 1 cucchiaino prezzemolo tritato 1 spicchio di aglio non pelato

In una tazza mescolare bene tutti gli ingredienti della guarnizione fino ad ottenere un impasto perfettamente omogeneo.

Infilandolo fra carne e pelle, sollevare la pelle del volatile e infilarvi sotto la guarnizione, distribuendola uniformemente su cosce e petto.

Condire l'interno del volatile con sale e pepe.

Ungerlo con un cucchiaino da caffè' di olio di arachide, arrostitirlo per 40 minuti a 240 gradi.

A cottura ultimata, togliere il pollo dalla teglia e metterlo in caldo.

Nella teglia far rinvenire l'aglio schiacciato e il prezzemolo tritato.

Bagnare con il fondo di pollame, portare a bollore grattando bene il fondo della teglia con una forchetta per staccare e sciogliere il sugo incrostato. Far bollire finché il liquido sia ridotto a 2/6 del volume iniziale, controllare che sia giusto di sale.

Tagliare il pollo in quattro, bagnare ogni porzione con il sugo passato al colino fine.

Accomodare e servire nella teglia usata per la cottura.

La ricetta si può eseguire anche con faraone o fagiani.

SOVRACOSCE SAPORITE

Carla Sangiorgio - Castell'Arquato

- sovracosce di pollo - erba salvia e rosmarino tritati, abbondanti - salsiccia, un pezzetto lungo 4 cm. per ogni sovracoscia. - pancetta tesa a fettine, 3 fettine sottili per ogni sovracoscia.- sale, pepe, vino bianco e un po' di dado per la cottura.

Le sovracosce di pollo vanno spellate, disossate, è molto semplice, basta incidere la carne intorno all'osso, per la lunghezza, e togliere l'osso. Ne risulta una fetta di carne. Ripulirla bene da tutti i pezzetti di grasso, eventuali cartilagini ecc.. Mettere le sovracosce sul tagliere, coprirle con un

pezzetto di carta forno e dare una battuta con il batticarne per rendere lo spessore il più uniforme possibile, senza spiacciare la carne, mi raccomando.

Mettere sul tagliere 3 fettine di pancetta allineate, sopra mettere la fetta di pollo, spolverare di sale e pochissimo pepe, salvia e rosmarino tritati, il pezzetto di salsiccia appiattito con le dita, arrotolare. Più che arrotolato verrà ripiegato, visto che la carne è poca. La pancetta resterà all'esterno ovviamente. Mettere 2 giri di spago da cucina per tenere chiuso il tutto.

Infarinare leggermente gli involtini.

Scaldare nel tegame olio con aglio, rosmarino e salvia, mettere gli involti, farli ben rosolare da tutti i lati, aggiungere un mezzo bicchiere di vino bianco e far evaporare.

Quando è evaporato il vino, salare leggermente, mettere un po' di dado (io non uso sale, ma, per la dose di 6 sovracosce, metto un cucchiaino abbondante di dado fatto con il bimby), un po' di acqua e cuocere con il coperchio. Ci vorranno 40 minuti. Magari aggiungere un poco di acqua se si asciugano.

Alla fine togliere il coperchio e rosolare bene la carne.

Mettere gli involti sui piatti, togliere lo spago, aggiungere un goccio di acqua al sugo ristretto nel tegame, far sciogliere bene e distribuire il sugo, filtrato da un colino, sul pollo.

POLLO CON OLIVE E PINOLI

Anita Buzzi - Casarsa

una manciata di pinoli, 20 olive verdi snocciolate, dado biologico, 2 cucchiari di farina, 1/2 bicchiere di vino bianco, sale, 1 petto di pollo (tagliato a fusilli)

In una pentola antiaderente fare riscaldare un pò d'olio, tagliare le olive a rondelle e metterle con i pinoli nella pentola, aggiungere il dado e far soffriggere leggermente poi rosolate i petti di pollo tagliato a fusilli e aggiungere il vino bianco. quando il vino è evaporato aggiungete la farina sciolta in 2 bicchieri d'acqua, cuocere fino a quando la farina e l'acqua sono ridotti a salsa. la salsa deve rimanere morbida.

Cappone

CAPPONCELLO RIPIENO GLASSATO AL FORNO

Rosetta Bragheri - Milano

La ricetta è tratta da CI 12/93 pag. 85

Ingredienti: (dose per 12 persone) un cappone nostrano - polpa di pollo (preferibilmente coscia) g 400 - fegatini di pollo g 100 - amaretti g 20 - 5 fette di pancarré senza crosta ammolate nel latte - mostarda di Cremona con il suo sciroppo - parmigiano grattugiato - salvia - rosmarino - aglio - sedano - carota - brodo (anche di dado) - vino bianco secco - olio d'oliva - sale - pepe nero in grani

Spuntate al cappone le zampe e le ali; passatelo sulla fiamma viva per bruciacchiare piume o penne residue; lavatelo, asciugatelo con carta assorbente da cucina; salatelo e pepatelo. Private i fegatini di pollo dell'eventuale fiele, lavateli, sgocciolateli, tritateli a mano e raccoglieteli in una ciotola. Amalgamateli con gli amaretti sbriciolati, una cucchiata di parmigiano, 2 cucchiata di sciroppo di mostarda, un pizzicone di sale, una macinata di pepe e con la polpa di pollo passata al mixer insieme con il pancarré strizzato. Riempite con questa farcia il cappone; cucitene le aperture con filo bianco, legate il volatile con alcuni giri di spago fissando le cosce al busto, quindi mettetelo in una pirofila con un filo d'olio, uno spicchio d'aglio, rametti di salvia e di rosmarino. Infornatelo a 190° per 15-20', cioè finché risulterà ben rosolato; aggiungete allora una costa di sedano e una carota, il tutto a tocchetti, infornate ancora e procedete con la cottura, bagnando di tanto in tanto il cappone con vino bianco (circa un bicchiere) e alcuni mestoli di brodo caldo. A cottura ultimata (ci vorranno in tutto un'ora e 20' circa), servitelo caldo con il suo sugo filtrato e sgrassato, raccolto in una ciotolina a parte, e con una guarnizione a piacere, o con la mostarda di Cremona

CAPPONE FARCITO CON PATATE ALLE NOCCIOLE

Maria Pia Trubiani - Sesto San Giovanni

1 cappone, 300 g di vitello tritato, 30 g di pinoli, 100 g di castagne lesse, 40 g di uvetta ammollata nel brandy, 100 g di parmigiano, 7 fette di pancarrè, 120 g di albumi(5), 100 g di panna fresca, 3 spicchi d'aglio, prezzemolo, salvia e rosmarino, 2 carote, 2 coste di sedano, 2 carote, 1 cipolla, salvia e rosmarino fresco, 1 bicchiere di vino bianco, 2 mestoli di brodo di cappone, 2 patate grosse lesse, 1 tuorlo, poca farina, sale e pepe, noce moscata., 1 uovo sbattuto, 50 g di nocciole o mandorle a filetti (ho usato il mixer) Disossare il cappone, aprire dal dorso incidendo lungo la colonna vertebrale, tagliare le ali, ma disossare anche le gambe. Distendere il cappone su una carta da forno, coprire con un'altra carta e battere con il batticarne. Mettere in frigorifero.

Farcia: nel mixer mettere la carne di vitella, le fette di pancarrè private di crosta e tagliate a pezzi, la panna, sale e pepe. Frullare fino ad avere un composto omogeneo. Versare in una ciotola e aggiungere i pinoli, l'uvetta, il parmigiano, gli albumi, erbe miste(prezzemolo, salvia e rosmarino tritati) Mescolare bene. Riprendere il cappone, salare e pepare, cospargere di aglio tritato e erbe miste abbondanti , mettere sopra la farcia e al centro le castagne, avvolgere aiutandosi con la carta forno e legare con spago da cucina come fosse un salame. Mettere in una teglia da forno con la cipolla, il sedano e la carota tagliata a piccoli pezzi, rametti di rosmarino freschi e il bicchiere di vino. Cuocere a 200° per 1 ora e $\frac{1}{2}$, ogni 30 minuti girare e versare il brodo caldo

Schiacciare le patate lesse su un tagliere, aggiungere il tuorlo, il parmigiano, sale, pepe e noce moscata. Impastare e formare filoncini, tagliare a pezzi e fare da ognuno delle palline. Passarle nell'uovo sbattuto e poi nelle nocciole o mandorle a filetti. Mettere su un vassoietto coperto da carta da forno e cuocere 10 minuti in forno preriscaldato a 200° (il mio 230) con modalità ventilato. Passare la salsa col passaverdura a buchi grossi. Piatto: 2 fette, al centro 1 cucchiaino di salsa e attorno le patate

CAPPONE RIPIENO

Giovanna Frabboni - Vergato

1 cappone o pollo grosso 1 hg lombo 1 hg vitello 1 hg mortadella 1 hg prosciutto 2 uova medio/piccole
Noce moscata Sale, pepe, parmigiano q.b.

Per il mosaico: 1 fetta di prosciutto alta 1 cm. (a cubetti) 1 fetta di mortadella alta 1 cm. (a cubetti) 1 petto di pollo a listarelle (sezione 1cm. per 1cm.) 3 o 4 uova sode 30 gr. Pistacchi 1 bicchiere di marsala secco

Per la chiusura: 1 petto di pollo Lungo ago e filo bianco doppio

Disossare il cappone cercando di rompere la pelle il meno possibile e lasciando solo le ossa delle ali e delle cosce. Va lasciato anche il collo , naturalmente disossato. Lavarlo e metterlo in un grande recipiente con il marsala, il prosciutto a cubetti, la mortadella, i pistacchi e il petto di pollo a listarelle. Lasciare riposare tutta la notte.

Preparare un impasto tipo polpettone con gli ingredienti del primo gruppo a cui uniremo la marinata compreso il marsala. Rassodare le uova.

Riempire il pollo partendo dal collo e sistemando le uova in fila al centro del pollo. Chiudere l'apertura sottostante con il petto di pollo intero . Cucire l'apertura del collo e del fondo accuratamente. Fasciare il pollo in un telino sistemando le ali e le cosce in modo naturale e legare. Metterlo in una pentola con gli odori, sale e carne da brodo e lasciar cuocere come un normale brodo.

Servire freddo accompagnato da cubetti di gelatina e insalata fresca.

Nota: Questa è una ricetta che si tramanda nella mia famiglia da generazioni e viene eseguita soprattutto a natale. Prevede la presenza di molti commensali.

Volendo si può cuocere come un normale arrosto, io l'ho fatto ma non mi ricordo i tempi. In questo caso si dovrà servire tiepido.

E' una ricetta un po' impegnativa, soprattutto disossare il cappone, ma di sicuro effetto.

Galletti

GALLETTO CON I FUNGHI alla Rosy

Rosetta Bragheri - Milano

Tutto a freddo sistemare in un tegame piuttosto largo, i funghi scongelati (1 sacchetto, con i galletti (due) divisi a metà. Unire l'olio, il timo, una foglia di alloro, i cipollotti freschi affettati molto sottilmente, il prezzemolo, il pomodoro, il vino e l'acqua. Salare e avviare la cottura. Proseguire a fuoco basso sino alla riduzione dei liquidi in eccesso, aggiungendo acqua se occorre e girando delicatamente con un cucchiaino di legno. Per il resto non ho dosi esatte, con questo sughetto preparo anche il coniglio.

GALLETTI AL CARTOCCIO DI ROSY

Rosetta Bragheri - Milano

per 4 persone 2 galletti salvia rosmarino alcuni grani di sale grosso e di pepe nero due cipolline steccate con i chiodi di garofano

Introdurre nella pancia dei galletti la salvia, il rosmarino alcuni grani di sale, di pepe e una cipollina steccata con chiodi di garofano. Cucire o chiudere con uno stecco le aperture, ungerli con un po' d'olio e rosolarli a fuoco vivace. Spolverizzarli anche esternamente con qualche granella di sale grosso, chiuderli nella carta stagnola e infornarli a 250° per un'ora circa.

GALLETTI AL GORGONZOLA

Rosetta Bragheri - Milano

La ricetta è tratta da CI 10/98 pag. 76

Ingredienti: (dose per 4 persone) 2 galletti da g 550 cad. - funghi porcini g 250 - una fetta di speck g 100 - gorgonzola dolce g 80 - burro g 60 - mascarpone g 50 - prezzemolo - aglio - salvia - rosmarino - scalogno - una costa di sedano - brodo vegetale - olio d'oliva - sale - pepe

Pulite i porcini raschiando via il terriccio dai gambi e strofinandoli poi con una pezzuolina umida. Sbucciate uno spicchio d'aglio e tritate un ciuffetto di prezzemolo. Riducete lo speck a dadini e rosolatelo in padella con g 30 di burro, lo spicchio d'aglio, il prezzemolo tritato, quindi trifolatevi i porcini ridotti a lamelle; salateli e pepateli. Bruciacchiate i galletti sulla fiamma viva, lavateli, asciugateli, apriteli a libro, appiattiteli poi sollevate a ciascuno la pelle, infilando le dita tra questa e la polpa sottostante; iniziate l'operazione dal collo e proseguite fino alle cosce. Salate, pepate i galletti poi bardateli con i porcini, inserendoli sotto pelle. Disponete infine i galletti ben aperti sulla placca, con la carne verso il basso, accomodandoli su un letto di salvia, rosmarino e fettine di scalogno; conditeli ancora con sale, pepe, un filo d'olio e infornateli a 220° per 35' circa, bagnandoli a fine cottura con un dito di brodo vegetale, quindi toglieteli e tenete da parte il sugo. Tritate il sedano e stufatelo in padella con g 30 di burro, quindi stemperatevi il mascarpone, il gorgonzola e, al bollore, aggiungete il sugo dei galletti e lasciate sobbollire finché il tutto si sarà ridotto a salsina sciropposa. Versatela sui galletti caldi, spaccati a metà e completate il piatto con una guarnizione a piacere.

GALLETTO AL FORNO di Rosy

Rosetta Bragheri - Milano

per 4 persone 2 Galletti aromi succo di limone sale

Intanto che scaldi il forno al massimo, massaggia col sale e gli aromi i galletti, compreso l'interno.

Tagliare rondelline sottili di limone e foderare il fondo di una teglia, adagiare sopra i galletti e infornare per 45-50 minuti

Poco prima di spegnere il forno, spruzzare un po' di succo di limone.

GALLO IN POTACCHIO

Di Davide Mengacci - ricetta marchigiana

ingredienti per 4 persone:

- 1 gallo a pezzi - 2 bicchieri di verdicchio - 20 spicchi d'aglio (in camicia) - salvia - rosmarino - sale grosso - pepe nero - olio extravergine di oliva Come prima operazione mettete a scaldare in una padella dell'olio e quando sarà ben caldo versateci i 20 spicchi d'aglio: è questo il momento di aggiungerci anche i pezzi di gallo che devono rosolare a fuoco vivace. Subito dopo è la volta del sale grosso, della salvia e del rosmarino. Ancora una rosolatina e potete sfumare nella padella i due bicchieri di verdicchio. Coprite e lasciate cuocere finché i pezzi di gallo non vi sembreranno cotti a puntino.

COQ AU VIN (di Mamma Danielle)

Federica Ghelarducci - Lecce

1 galletto 150gr pancetta affumicata bottiglia di vino Bourgogne cipolla, aglio, alloro olio, sale, pepe
Tagliare il galletto a pezzetti.

In un tegame (meglio se di ghisa) soffriggere in olio uno spicchio di aglio schiacciato, una cipolla bianca tagliata sottile e la pancetta fatta a dadolini. Aggiungere i pezzi di galletto e farli ben rosolare.

Versare il vino, aggiungere la foglia di alloro e cuocere almeno un'ora a fuoco moderato. Prima di servire, togliere il galletto, l'alloro e l'aglio e far addensare la salsa con un cucchiaino di farina. Macinata di pepe e servire con cipolline brasate o champignons.

Nota: Mia madre (da buona francese) dice che "migliore è il Bourgogne, migliore sarà il piatto finito"

AJI DE GALLINA (STUFATO DI GALLINA)

Dal mio archivio: Tiziana Minoja (ricetta proveniente dal Peru').

1 gallina di 1 kg - 1kg 1/2, tagliata a pezzi 3 tazze di brodo di pollo 1/4 di tazza di olio vegetale 2 cipolle piccole tritate 2 spicchi d'aglio tritati 2 tazze di pangrattato 2 tazze di latte 8 peperoni piccanti rossi e verdi senza semi 2 pomodoro medi pelati e senza semi 100g. di noci tritate 1/2 tazza di parmigiano grattugiato, sale.

Mettete i pezzi di gallina in una pentola alta coperti di brodo e bolliteli per ca. 45 minuti, finchè siano teneri. Lasciate raffreddare nel brodo, togliete la pelle e disossate i pezzi, tagliandoli a tocchetti o a fettine. Lasciateli separati dal brodo.

Riscaldare l'olio e soffriggete la cipolla e l'aglio fino a dorare. Bagnate il pane col latte, fatene un puré e aggiungetelo alla cipolla con pomodoro e peperoni frullati. Mettete anche le noci, aggiustate di sale e pepe e lasciate bollire a fuoco basso per 5 minuti, mescolando. Aggiungete la gallina e 1 tazza di brodo, riscaldare di nuovo ed aggiungete il parmigiano. Servite con patate lesse tagliate a metà, uova sode tagliate longitudinalmente in ruote e olive nere.

Tacchino

PACCHETTI DI TACCHINO AL PATE' DI OLIVE

Andreina Pastorino - Genova

fettine di fesa prosciutto crudo patè di olive (verde o nero, quello che piace di più) sale proprio poco peperoncino gusti vari vino bianco

Spalmare le fettine di fesa con il patè di olive, adagiarvi sopra un paio di fettine di prosciutto crudo, e chiudere a pacchetto fissando con degli stecchini.

Far rosolare in padella con un poco d'olio e gusti vari (erba cipollina, alloro...), e peperoncino se piace.

Bagnare con vino bianco e portare a cottura. Salare pochissimo perchè sono già molto saporiti.

FESA DI TACCHINO

Fabio Fongoli - Ravenna

Fesa di tacchino 2,2Kg, battuto di salvia, rosmarino aglio, timo o origano 3 cucchiaini, sale, pepe nero in grani, pancetta a fette circa 300 gr.

Aprire a libro la fesa, cospargetela con gli odori (che ho passato al mixer). Richiudete arrotolando la carne, cospargete con pepe macinato e un po' di sale bardatela con le fette di pancetta, legatela con spago da cucina (avendo manualità ho usato gli stuzzicadenti). Mettetela in un recipiente da forno irrigato con olio e infornate a 160°C per circa 90 minuti (naturalmente dovete regolarvi su l'effettivo peso della carne, per il battuto manterrei la stessa dose. La temperatura della carne al momento di sfornarla era di 70:75 °C.

Nota: Ho affettato tutta la carne e quella che non abbiamo mangiato subito l'ho affettata e fatte le porzioni l'ho messa in freezer.

TACCHINO AL COGNAC

Lucia Cosenza - Napoli

Aprire a libro una fesa di tacchino intera, lardellare con fettine di pancetta affumicata ed inumidire la superficie della carne con del cognac. Richiudere ed eventualmente cucire per rendere regolare il pezzo. Sistemare in una pirofila dai bordi piuttosto alti, irrorare con abbondante oev, salare e cospargere di aromi a piacere (io metto un aglio vestito salvia e rosmarino) e mettere in forno 200 gradi per almeno 1h (i tempi e i gradi dipendono un po' dal forno che si utilizza). Durante la cottura iniettare nel tacchino, ad intervalli regolari, con una siringa ,200ml circa di cognac (io uso il Courvasier ma anche il Vecchia Romagna può andare). Con l'ultima siringa cospargere anche la superficie del tacchino. Le siringate di cognac renderanno la carne profumata e non asciutta nonostante la grandezza del pezzo. Servire su di un tagliere perché l'effetto è scenografico e tagliare quando tiepido così le fette riusciranno intere e sottili.

INSALATA DI TACCHINO

Andreina Pastorino - Genova

Fesa di tacchino a cubetti rucola pomodori olive nere speck in dadini noci scaglie di grana

Far rosolare il tacchino in poco olio e sfumarlo con un po' di vino bianco.

Metterlo in una terrina con dadini di speck, pomodori (vanno bene anche i pachino), olive nere, noci a pezzetti, una bella manciata di rucola e condire con olio aceto balsamico sale.

Concludere con scaglie di grana sopra tutto, come guarnizione.

E' un piatto molto leggero ma gustosissimo.

HAMBURGER DI TACCHINO DELLA SIGNORA LAURA

Loredana Palumbo - Caserta

Si passa nel trita carne (NON nel mixer) circa 300 gr di carne di tacchino insieme a 50 gr di prosciutto cotto in una fetta sola e circa 50 gr di formaggio tipo Galbanino

Si formano gli hamburger e si cuociono prima a fiamma viva su entrambi i lati, poi un po' più dolcemente.

Nota: La sig.ra Laura di Piacenza, li ha inventati per i suoi nipoti, son sempre piaciuti anche agli amichetti dei miei bambini

MOLE POBLANO (TACCHINO O POLLO)

Marco Argieri - Apopka

Ingredienti:

un tacchino (quando non si trova la fanno col pollo) di 6 kg. 4 cipolle, 6 spicchi d'aglio, 3 peperoni rossi grandi, 4 peperoncini rossi allungati (di quelli che usano in Calabria per preparare la salsiccia piccante), un cucchiaio da cucina dei famigerati peperoncini Titi'(sono minuscoli, vengono dai Caraibi, ma picchiano...), 4 pomodori maturi puliti dei semi, due tortillas (o due panini), 50 gr. di mandorle, 50 gr. (o piu' secondo i gusti) di cioccolato amaro (fondente), 30 di arachidi, 30 di mandorle indiane (cashew) pelate e leggermente tostate, 50 gr. di uvetta, 20 gr. di semi di sesamo leggermente tostatati, 5 gr. di semi di coriandolo e 5 di anice schiacciati, 4 chiodi di garofano, 1 stecca piccola di cannella, strutto. Pulisci il tacchino e lo tagli a pezzi. Con collo e schiena, 1 cipolla e 2 spicchi d'aglio, prepari il brodo. Ti consiglio, nello stesso brodo, di intenerire cosce e ali per ca. 20 minuti. La salsa: frulla i peperoni, l'aglio, le cipolle ed i pomodori. Ammolla le tortillas con il brodo, aggiungile spezzettate al precedente e cuoci 10 minuti, toglì dal fuoco e versa il cioccolato grattugiato, l'uvetta, il coriandolo, l'anice, i chiodi di garofano e la cannella. Soffriggi il tacchino con lo strutto fino a che sia ben tostato, aggiungi la salsa dei peperoni, del brodo e continua la cottura per circa un'ora, coperto e a fuoco basso. Prova la cottura e, poco prima di togliere, aggiungi le mandorle e le arachidi. La salsa deve essere ben spessa. Decora infine con i semini di sesamo.

MOLE POBLANO DE GUAJOLOTE (Tacchino con mole poblano)

Marco Argieri - Apopka

Per il tacchino: 1 tacchino di almeno tre chili, 3 spicchi d'aglio, 1 cipolla piccola, 2 chiodi di garofano, 2 foglie di alloro, sale grosso.

Per la salsa "mole poblano": 2 cucchiaini di olio di semi di mais, 50 gr. di lardo, 2 peperoni verdi, 2 peperoncini verdi non piccanti, 1 peperoncino rosso piccante, 600 gr. di pomodori pelati, 3 spicchi d'aglio 150 gr. di mandorle sgusciate, 80 gr. di arachidi sgusciate, 4 chiodi di garofano, qualche grano di pepe nero, mezzo cucchiaino di coriandolo, 1 pezzetto di cannella, mezzo cucchiaino di semi d'anice, 60 gr. di uvetta, 60 gr. di cacao amaro, 2 cucchiaini di zucchero, 1 cucchiaio di semi di sesamo, una tortilla media, brodo di tacchino o di altro tipo di carne, aceto, sale.

Preparazione del tacchino. Pulite e tagliate il tacchino a pezzi, e in una pentola con acqua abbondante mettete le foglie di alloro, la cipolla steccata con i chiodi di garofano, portate a ebollizione, dopo qualche minuto aggiungete il tacchino, il sale grosso, e fate bollire per un'oretta a fuoco basso, poi spegnete e levate la carne.

Preparazione del "mole poblano": Pulite i peperoni e i peperoncini, eliminando i semi, e fateli rosolare per qualche minuto in poco olio, poi eliminate la pellicola esterna bruciata e metteteli in acqua bollente, dove dovranno rimanere a riposare per dieci-dodici ore; al termine di questo periodo scolateli, frullateli e metteteli in una capace terrina. Tritate i pomodori, quindi fate un trito di cipolla e aglio e fatelo rosolare nella padella dove avete fatto rosolare i peperoni. Fate tostare la tortilla in forno per pochi minuti, versate nel frullatore il soffritto di aglio e cipolla, i pomodori, la tortilla sbriciolata, aggiungete un paio di cucchiaini del brodo di tacchino, frullate per un minuto, quindi versate tutto in una terrina. Tostate le mandorle in un tegamino, aggiungete metà dei semi di sesamo, le arachidi, i chiodi di garofano, i grani di pepe, la cannella e i semi di anice e cuocete per cinque o sei minuti, poi versate tutto nel frullatore, aggiungete l'uvetta (che avrete già ammorbidito in acqua tiepida), frullate e poi versate il contenuto nella stessa terrina del precedente composto. Fate rosolare in una larga casseruola, con olio di semi, il lardo tagliato a cubetti, aggiungete il composto della terrina, fate cuocere per cinque minuti, rimestando spesso, quindi unite il cioccolato, lo zucchero, 1 cucchiaino di aceto, salate, pepate, e dopo quattro o cinque minuti versate nella casseruola 1 litro (circa) del brodo di tacchino. Abbassate la fiamma e fate cuocere per mezz'ora (se vi sembra che la salsa diventi troppo densa aggiungete ancora brodo prima di spegnere). A fuoco spento, lasciate riposare il "mole poblano" per almeno due ore. Passato questo periodo, mettete i pezzi di tacchino nella casseruola del "mole", rimestate e fate cuocere per dieci minuti. In un tegamino fate tostare i semi di sesamo rimasti e spolverizzateli sopra il tacchino. La pietanza è pronta. Con il "mole poblano" si possono condire anche il pollo lessato, lo spezzatino di maiale o di manzo, ecc

TACCHINO ALLE RENETTE

Chiara Chiavenna - Nova Milanese

Salare e pepare all'interno un tacchino già pulito e fiammeggiato; farcirlo con due mele renette - sbucciate, detorsolate e tagliate a tocchetti-, un chiodo di garofano sbriciolato, 50 g di uvetta già ammollata nel brandy. Cuocere in forno in una pirofila unta d'olio, fino a doratura; unire quindi due bicchieri di vino bianco secco, salare e pepare e terminare la cottura. Servire con il suo sugo.

POLPETTONE DI TACCHINO

Chiara Chiavenna - Nova Milanese

Fare un polpettone con 600 g di fesa di tacchino, 600g di ricotta romana, due uova intere, 50 g di grana padano grattugiato, sale, pepe, noce moscata. Bardare con 150 g di prosciutto crudo tagliato a fette sottili, ma non troppo; cuocere in una pirofila da forno con poco olio extravergine d'oliva a 180° (a 200° se statico) per 45-50 minuti. Tagliare a fette (non subito, altrimenti si "disfa") e servire caldo.

PETTO DI TACCHINO FARCITO ALLA MILANESE DI CHIARA

Chiara Chiavenna - Nova Milanese

Occorrente:

900g petto di tacchino in un pezzo unico 100g mela Golden 100g pera Abate 60g prugne secche denocciate 40g gherigli di noce 40g pancetta salata 50g brandy 20g burro 60g vino bianco secco 10g farina bianca 1 rametto di rosmarino sale e pepe.

Tagliare la pera, la mela e le prugne secche a pezzettini; unire i gherigli di noce spezzettati e la pancetta a fettine; condire col brandy e mescolare bene. Formare nel petto di tacchino intero una tasca, riempirla con il composto, cucire e legare come un arrosto. Salare, pepare e mettere in una teglia con burro e rosmarino. Cuocere in forno caldo a 180° per circa un'ora e un quarto, bagnando spesso il petto col fondo di cottura. A fine cottura, togliere il tacchino dalla teglia, spruzzare il fondo con farina e bagnare col vino bianco; fare evaporare, poi versare mezzo bicchiere d'acqua e fare bollire il fondo per due-tre minuti, poi filtrare. Tagliare il petto a fette spesse e versarvi sopra il fondo.

BOCCONCINI DI TACCHINO ALLO YOGURT E CURRY

Silvana Ferro - Bancole di Porto Mantovano

400g. fesa a dadini, 1 vasetto di yogurt naturale, 2 cucchiaini di curry, 1 foglia di alloro, olio extravergine, 1 cucchiaino di concentrato di pomodoro, sale e peperoncino

200g di riso basmati, 1 scalogno, 1 carota e 1/2 costa di sedano, brodo vegetale

Mettere i bocconcini a marinare per qualche ora (meglio tutta la notte) con lo yogurt, il curry e l'alloro.

Scaldare l'olio extravergine in una padella e rosolare la fesa a fuoco vivo per 5 minuti. Unire la marinata, aggiungere 1 cucchiaino di concentrato di pomodoro, sale e peperoncino a piacere.

Tritare finemente 1 scalogno, 1 carota e 1/2 costa di sedano, farli ammorbidire in una casseruola con l'olio unire 200g di riso basmati, farlo tostare leggermente, ricoprire con brodo bollente e lasciar cuocere fino a che il brodo sarà assorbito.

Servire il riso con i bocconcini.

TAGLIATA DI TACCHINO O POLLO

Miriam Rossi - Lardirago

fesa di tacchino o pollo ·pinoli e uvetta ·aceto balsamico ·olio d'oliva ·aglio ·vino bianco ·menta ·½ dado ·sale e pepe

Tagliate a listarelle sottili la fesa e rosolatela nell'olio con l'aggiunta dell'aglio. Aggiungete i pinoli, l'uvetta e alcune foglioline di menta. Bagnate con il vino bianco e aggiungete ½ dado.

Cuocete per circa 15 minuti e fate restringere. Spegnete, aggiungete l'aceto balsamico e servite subito.

ROTOLO FREDDO AI TRE SAPORI

Rosetta Bragheri - Milano

La ricetta è tratta da CI 6/93 pag. 67

Ingredienti: (dose per 8 persone)

una fetta di fesa di tacchino, circa g 600 - panna liquida g 300 - spinaci lessati e strizzati g 100 - una falda di peperone rosso g 100 - 2 albumi - trito di erbe aromatiche (timo, maggiorana, prezzemolo, salvia, rosmarino) - burro - sale - pepe

Passate al mixer la fesa di tacchino, insieme con gli albumi, sale, pepe e la panna. Dividete il composto in 3 parti uguali che raccoglierete in ciotole separate aggiungendo nella prima la falda di peperone tritata; nella seconda gli spinaci finemente tritati e nella terza una generosa cucchiainata di trito aromatico. Rivestite due placche con fogli di alluminio; pennellatele di burro, quindi spalmate su una il composto al peperone, sull'altra quello agli spinaci, pareggiando e livellando entrambi a circa un centimetro di spessore. Passate le placche nel forno già riscaldato a 190° per 6' poi sfornate e lasciate raffreddare. Sformate il rettangolo di carne ai peperoni su un largo foglio di alluminio; sopra questo rettangolo rovesciate quello agli spinaci e su quest'ultimo spalmate delicatamente il composto rimasto alle erbe aromatiche. Arrotolate e chiudete nell'alluminio; mettete il rotolo nel forno a 190° per 40' circa quindi sfornatelo, toglietelo dalla carta, lasciatelo raffreddare bene e, infine, tagliatelo a fette regolari di circa un centimetro di spessore. Disponete con cura le fette in un ampio piatto e servite con una guarnizione a piacere: noi abbiamo disposto le fette leggermente accavallate, completando con un piccolo cespo di lattuga al centro.

CHILI DI STRACCETTI DI TACCHINO di Rosy

Rosetta Bragheri - Milano

fettine di fesa di tacchino- fagioli misti scatolette monoporzio: (cannellini-borlotti-rossi ammolati e cotti nella pentola a pressione: una manciatina di zolfini-grossi di spagna idem-lamon idem- 1 cipolla bionda- 1 costa di sedano- 2 peperoni cornuti verdi dolci- 1 cucchiaino di maggiorana- 1 ciuffo di prezzemolo- 1 piccola carota- poco burro- poco olio- 1 cucchiaino di concentrato di pomodoro- preparato per chili (peperoncino) Con le verdure preparare un battuto fine, da soffriggere lentamente nel burro e nell'olio. Unire il concentrato con un poco di acqua di cottura dei fagioli ammolati e cotti. Unire i fagioli cotti e quelli in scatola, privati dell'acqua di governo. Versare un poco dell'acqua di cottura e cuocere piano per amalgamare gli ingredienti. Intanto privare le fettine di tacchino della pellicina e dei nervetti. Tagliarli a striscioline come gli straccetti romani. Unirli ai fagioli e portarli a cottura. Prima di spegnere, spolverizzare a piacere con il preparato (peperoncino) per chili. Chi lo desidera, può versare un filo di olio

PATÈ DI TACCHINO ALLE MANDORLE

Rossella Scolari - Milano

fesa di tacchino 200 gr mandorle spellate 80 gr burro 100 gr ricotta di pecora q.b. foglie di salvia 3 marsala secco 1/2 bicchiere sale pepe una noce di burro per cuocere.

Ho tostato le mandorle e le ho tritate grossolanamente al coltello. Ho cotto la carne tagliata a cubetti in padella con una noce di burro e le foglie di salvia, dopo averla salata e pepata l'ho sfumata con 2 dita di marsala, ho passato più volte la carne nel trita carne (si può usare anche il mixer) unendo le mandorle solo all'ultimo passaggio. Lavorando l'impasto di carne e mandorle con un cucchiaino ho incorporato il burro e 2 cucchiaini di marsala, quindi la ricotta setacciata fino ad ottenere la consistenza desiderata. a questo punto si aggiusta di sale e pepe o di marsala se occorre. Ho poi lavorato il patè con una frusta, in effetti è rimasto più morbido e gonfio, il che non guastava. Il patè così ottenuto va poi fatto raffreddare in frigo per alcune ore, io l'ho messo in una coppetta ricoperta di pellicola, al momento di servire l'ho sformato e guarnito con mandorle a lamelle.

TACCHINO RIPIENO

Paola Lancione - Toronto, Canada

Ripieno per un tacchino di 8/10 kg: 1 confezione di pancarrè o pane raffermo 200 gr di sedano tritato 100 gr di cipolla tritata 1 etto di burro 1 mela tagliata a cubetti 250 gr d'interiora saltate in padella 1 cucchiaino di salvia, di timo e di rosmarino 3 uova 200 gr di brodo vegetale (dado) Sale e pepe q.b. Tagliare il pane a cubetti e tostare 10 minuti al forno; mettere in una ciotola capiente. Saltare le interiora in padella con poco olio d'oliva e tagliarle a pezzettini e mettere da parte. Sciogliere il burro nella padella e saltare sedano e cipolla finché le cipolle prendono colore e il sedano è tenero. Versare la mela e le spezie nella padella, aggiungere le interiora e cucinare tutto insieme per 5 minuti. Salare e pepare. Unire questa miscela ai cubetti di pane; aggiungere tre uova e il brodo e mescolare leggermente. Questo ripieno pu essere cucinato all'interno del tacchino o versato in una pirofila imburrata e infornata per 45 minuti a 180. Preparazione del tacchino: lavare e asciugare il tacchino anche internamente conservando le interiora, salare e pepare internamente. Farcire il tacchino con il ripieno già preparato, cucire la pelle intorno alla cavità. spennellare il tacchino con olio d'oliva. Legare le cosce, coprire il tacchino con un grosso foglio di carta stagnola. Porlo in forno nel tegame con lo sterno verso alto. Durante la cottura sollevare la stagnola di tanto in tanto per bagnare il tacchino con il grasso di cottura. Mezz'ora prima di fine cottura togliere la stagnola e limbrigliatura delle cosce per far sì che si coloriscano anche nella parte interna. Tempo di cottura 48 minuti per kg a 180.

TACCHINELLA RIPIENA

Ida Andolfo - Napoli

Una tacchinella intera eviscerata da 2 kg 5 carciofi (oppure ottima una busta di spicchi di carciofi surgelati) 2 uova 300 gr di provola 1 cucchiaino di parmigiano 1 cucchiaino di pecorino olio, sale e pepe Pulire i carciofi, tagliarli a spicchi e rosolarli qualche minuto in aglio, olio e prezzemolo; salare, pepare e spegnere. Battere le 2 uova ed unire parmigiano e pecorino e sale. Unire i carciofi, la provola a pezzetti ed amalgamare.

Lavare la tacchinella, imbottirla con l'impasto e chiudere l'apertura con una bella fetta di pane incastrandola bene. Sistemare la tacchinella in una teglia, irrorare con olio, salare e pepare l'esterno, coprire con carta alluminio e mettere in forno: a 180° per 2 ore e a 200° (eliminando la copertura di alluminio ed irrorando con un bicchiere di vino bianco) per mezz'ora (tot. 2 ore e mezzo). Il taglio va fatto, con forbici robuste, centrale per tutta la lunghezza e poi tanti tagli trasversali paralleli, a formare dei cubetti (usciranno quindi 10 porzioni + le due cosce).

Note: Lo preparo a grande richiesta nel periodo natalizio e non ci crederete ma la parte che tutti si contendono è...la fetta di pane che chiude l'apertura! La tacchinella può essere sostituita degnamente da un pollo dello stesso peso.

TACCHINELLA RIPIENA

Sergio Salomoni - Cernusco sul Naviglio

Lessare fino a metà cottura in acqua leggermente salata e aromatizzata con una foglia di alloro e un cucchiaino di semi di finocchio 300 gr di castagne, alle quali si sarà fatta una piccola incisione nella buccia; poi, mentre sono ancora calde, pelarle e togliere anche la seconda pellicina. In una ciotola unire a 300 gr di polpa di vitello macinata una salsiccia spellata di circa 150 gr, cinque fette di pan carrè ammollate nel latte e tritate, 100 gr di panna liquida, 100 gr di grana padano non troppo stagionato grattugiato e uno spicchio d'aglio tritato fine (volendo si può fare a meno dell'aglio). In un tegamino preparare tre uova strapazzate, con 40 gr di burro, sale e pepe; toglierle dal fuoco quando sono ancora ben morbide e unirle nella ciotola al ripieno. Aggiungere infine anche le castagne, una spruzzata abbondante di sale, una macinata di noce moscata, mezzo bicchierino di cognac e mescolare accuratamente. Con questo composto riempire la tacchinella ben nettata, lavata e asciugata e possibilmente privata della carcassa centrale, lasciando solo le ossa delle ali e delle gambe. Cucire con filo bianco le aperture, e cospargerla con burro sciolto e qualche cucchiaino d'olio. Salare e pepare e massaggiare il volatile per far penetrare i condimenti, quindi legarlo con uno spago bianco da cucina per tenerlo in forma, mettervi intorno un po' di salvia e rosmarino e cuocere in forno a 160° per circa 2,5/3 ore, bagnandolo spesso con il fondo di cottura al quale si unirà, ogni tanto, qualche cucchiaino di vino bianco secco caldo. Accompagnamento tipico: mostarda di frutta di Cremona.

BRESAOLA DI TACCHINO

Sabrina Tocchio Roma

Ricetta da "Gusto" lo spazio dedicato al cibo dopo il TG5.

Prendere 1 Kg circa di fesa di tacchino (preferibilmente biologico), passarla, rotolandola, in $\frac{1}{2}$ Kg di sale fino e $\frac{1}{2}$ Kg di zucchero, per farle fare l'acqua e tenere in frigo per almeno due giorni senza toccarla. Passati i 2 giorni recuperare la fesa da sotto il sale, lavarla e asciugarla benissimo con carta da cucina anche nelle pieghe. Noterete che la carne si è cotta prendendo un bel colore ambrato ed è diventata dura. A questo punto preparare un miscuglio di erbe: timo, maggiorana, peperoncino, finocchietto selvatico, semi di finocchio, cardamomo, cumino, rosmarino, salvia, alloro.....insomma fate voi! A questo punto rotolare la fesa su questo miscuglio di erbe come a...panarla. Chiuderla con le sue erbe e anche quelle avanzate in carta paglia avvolto come un salame e chiuso bene ai lati. Lasciarla in frigo per ben 7 giorni senza toccarla mai. Passato il tempo aprirla, spolverarla dalle erbe e tagliarla a fettine sottili con un coltello o affettatrice.....mmmmmmmm una delizia!

Servirla su un letto di insalatina fresca condita con olio e sale, poi le fettine di tacchino e aggiungere una salsa così composta: miele, aceto rosso e poco peperoncino da scaldare sul gas fino a farla addensare.

Anatra

TERRINE DE CANARD AU ROMARIN

Sandra Vacchi - Vence (Francia)

Un'anatra disossata e macinata, di circa 1.5 kg Fegato della medesima, tagliato grossolanamente. 250gr di pancetta magra 2 uova 30 gr di burro 1 cipolla tagliata a pezzettini una carota tagliata $\frac{1}{2}$ costa di

sedano triturato un rametto di rosmarino(aghi triturati) $\frac{1}{2}$ bicchiere di armagnac Sale, pepe bianco macinato, 0.5 gr noce moscata, 1 gr quatre épices.

Fare imbiandire la cipolla se si vuole aglio (io non posso) nel burro, la carota ed il sedano. Lasciare raffreddare.

Mescolare tutti gli ingredienti, sempre prima con un cucchiaino, poi con le mani.

Mettere sul fondo della terrina, la barda o la pancetta stesa a fettine, vuotare l'impasto di carne, lisciare con un cucchiaino.

Mettere in una teglia a bagnomaria, con coperchio, nel forno a temperatura 180/200°, per circa 1 ora, togliere il coperchio, lasciare cuocere a 120° per ancora circa 45 minuti.

Verificare la cottura con una sonda termica (80°).

Altrimenti metodo coltello 30 sec. se caldo la terrina è cotta.

Lasciare raffreddare, mettere in frigorifero.

Attendere circa 12 ore prima di servire a temperatura ambiente.

Nota: Se non hai il coperchio, puoi mettere della pancetta, qualcosa di grasso per proteggere, anche della rete, non ricordo il nome in italiano. Quando è cotta, fai raffreddare, copri con della gelatina, metti in frigo, aspetti una notte o una giornata prima di servirla a temperatura ambiente.

CONFIT DE CANARD

Sandra Vacchi - Vence (Francia)

Tempi duri anche per le anatre della mia vicina!!!!In Francia cominciano a controllare che, anche negli allevamenti casalinghi, i volatili siano tenuti in luoghi chiusi.

Con la mia amica, abbiamo quindi deciso, di utilizzare le sue anatre per preparare dei confit.

Ci vorrebbero delle anatre grasse, non era il caso delle bestiole sacrificate in nome della legge dal marito ma pazienza!!

Vi dovesse capitare una svendita di anatre in Italia, saprete come utilizzarle e conservarle.

Ingredienti

Cosce di anatre 4/6/8 dipende Grasso di anatra o fresco o acquistato in boccali o ancora grasso di oca Strutto Sale grosso

Coprire con abbondante sale grosso le cosce e lasciarle marinare al fresco per 24 ore

Se avete del grasso di anatra fresco, lo tagliate e lo fate sciogliere a fuoco bassissimo.

Filtrate questo grasso, pressando bene e conservatelo anch'esso in frigo.

Per chi fa già lo strutto, è lo stesso metodo.

Il secondo giorno, togliere le cosce dal sale, lavarle bene, asciugarle con carta assorbente.

In una cocotte mettere a fondere tutto il grasso recuperato di anatra o acquistato in boccali e lo strutto. Si possono aggiungere, alloro e timo.

Questa aggiunta di grasso di maiale, non è nella vera tradizione che prevede solo grasso di anatra a volte di difficile reperibilità ma non toglie molto alla bontà del confit ed alla sua conservazione. C'è chi aggiunge anche dell'olio di oliva. (mai provato).

Quando il grasso raggiungerà i 70° di temperatura, immergere le cosce e lasciare cuocere circa due ore. Sorvegliare che la temperatura rimanga + o - costante.

Verificare la cottura, ad occhio, la carne si ritrae, l'osso si vede bene, la forchetta, i rebbi devono entrare senza fatica nella carne.

Togliere le cosce dal tegame, filtrare il grasso.

Mettere le cosce in boccali di vetro, coprire con il grasso filtrato, chiuderli bene.

O li conservate in frigo o li sterilizzate se pensate di consumarli molto tempo dopo.

Quando decidete di mangiarle, il modo più semplice è quello di toglierle dal grasso, pulirle dall'eccesso e farle dorare prima parte pelle, poi dall'altra, in una padella antiaderente.

Altra possibilità, metterle in forno caldissimo in una teglia con griglietta nel fondo, farle dorare. Il grasso resterà sul fondo.

Le cosce in ogni caso devono essere ben dorate e la pelle croccante. Si può, nella cottura al forno, mettere un po' di pane grattugiato sulla pelle per aumentare l'effetto crostina.

In genere si servono, una per ogni commensale con patate arrosto, anche cotte con un po' di grasso di anatra. Lenticchie, fagioli lessati, fagiolini, insalate belga brasate, funghi trifolati.

Molti sono i piatti del sud ovest della Francia ,in cui si utilizza questo Confit.

Anche l'oca viene conservata in questo modo.

E' comunque meglio aspettare una quindicina di giorni prima di utilizzare questi pezzi di anatra.

La tradizione vuole che si conservino in boccali di terra,coperti con un foglio di carta oleata e con un tappo di sughero.

ANATRA AL MELOGRANO

Dal mio archivio: Tiziana Minoja

PER 4 - 6 PERSONE

2 Kg di anatra 3 melograni 2 limoni verdi (lime) + il succo di un terzo limone 1 bicchiere di vino bianco 3 foglie di alloro sale e pepe nero

Sbucciare i melograni e tenere a parte 3 cucchiari di chicchi interi - i rimanenti chicchi metterli in un pannicello e strizzarlo molto bene per ricavarne il succo

Mettere l'anatra tagliata a pezzi con la parte grassa rivolta verso il basso, in una padella e cuocere a fuoco lento per 5-10 minuti finchè il grasso non inizi a sfrigolare

Alzare la fiamma e lasciar dorare

Bagnare con il vino e continuare la cottura sino all'evaporazione

Aggiungere le foglie di alloro il sale e il pepe, il succo del melograno e del limone

Cuocere per un'ora e $\frac{1}{2}$ a fuoco lento

Unire i limoni verdi tagliati a fettine e continuare la cottura ancora per $\frac{1}{2}$ ora circa

A fine cottura mettere insieme i chicchi di melograno, lasciarli scaldare e servire caldo

ANATRA AL FORNO di Rosy

Rosetta Bragheri - Milano

1 anatra, olio, burro 1 cipolla bionda chiodi di garofano a piacere aglio grappa a piacere rosmarino maggiorana sale e pepe

Fiammeggiare e lavare bene l'anatra Salare e pepare internamente e mettere la cipolla intera, con infilati i chiodi di garofano. In un tegame da forno mettere l'olio e il burro e lasciare dorare l'anatra a fuoco basso, aggiungere l'aglio, la salvia e la maggiorana e passarla nel forno già caldo. Cuocere un'oretta e di tanto in tanto bagnarla con il suo sugo e girarla. Una decina di minuti prima di toglierla dal forno, aggiustare di sale e aromatizzare con la grappa. Lasciare addensare il sughetto nel forno e servire calda.

ANATRA ARROSTO.

Carla Sangiorgio - Castell'Arquato

1 anatra femmina. 1 bicchiere di aceto di mele. 1/2 litro di latte fresco. rosmarino, erba salvia, 2 spicchi aglio. sale aromatizzato (sale con erbe tritate fatto in casa opp. ariosto)

Pulire fiammeggiare, lavare e asciugare l'anatra. Salarla bene dentro e fuori, mettere all'interno aglio, rosmarino, salvia. Legare ali e cosce, io ho usato 2 elastichini appositi della domopack. Mettere in forno caldissimo, senza condimento e farle prendere colore. Aggiungere aceto e latte e continuare la cottura (180°). Io l'ho cotta per un totale di 1 ora e un quarto. L'anatra era piccola e a noi piace ben cotta. Alla fine tutto quello che rimane nella teglia va gettato, tranne l'anatra, ovvio, che si presenterà con una pelle ben colorita e la polpa morbida e saporita. Cotta in questo modo si elimina il sapore "di cortile" che a me, per esempio, non piace e mi ha sempre tenuta lontano da questo volatile. L'aceto non si sente assolutamente. L'ho accompagnata con patate a spicchi cotte al forno, ben dorate e spinaci lessati e passati in padella con aglio e olio.

COSCETTA D'ANATRA CON LE VERZE

Rosetta Bragheri - Milano

1 coscia completa di anatra 1/2 verza 1 piccola cipolla 5 bacche di ginepro schiacciate brodo bollente sale pepe q.b.

Sbollentare per 1/4 d'ora la verza tagliata a striscioline sottili (la verza si sbollenta per togliere un poco l'acidità - così risulta più digeribile). Soffriggere la cipolla in un poco di olio e burro con le bacche di ginepro. Unire la coscetta e la controcoscia dell'anatra, lasciarle un attimo insaporire e poi aggiungere la verza sbollentata e scolata. Coprire quasi a filo con brodo bollente (anche di dado) e lasciar cuocere finché la coscetta è pronta. Prima di spegnere, aggiustare di sale e pepe.

REGOLE D'ORO PER CUCINARE IL PETTO D'ANATRA

Francesca Spalluto Londra

Ci sono un po' di regole da seguire quando cucini il petto d'anatra:

1. Portalo a temperatura ambiente.
2. Asciugalo benissimo.
3. Taglia una griglia sulla pelle, senza intaccare la carne. L'obbiettivo è far sciogliere piano piano tutto il grasso sotto la pelle.
4. Non si sala dalla parte della pelle ma solo dalla parte della carne.
5. Si riscalda la padella con proprio un filo d'olio, quand'è bella calda appoggi il petto dalla parte della pelle, dopo qualche minuto abbassi un po' e fai cuocere, man mano che butta grasso lo togli con una cucchiaino.
6. Fallo andare almeno 12-13 minuti, o regolati con la dimensione del petto.
7. Solo quando ti sembra abbastanza cotto giri dall'altra parte per qualche minuto. Se vuoi, puoi passare la padella in forno già caldo per 5 minuti.
8. È importantissimo far riposare il petto per 10 minuti sani su una griglia, magari di fianco al fornello. Poi tagli a fettine, deve assolutamente essere rosato.
9. Per servirlo puoi fare a parte un brodo rinforzato, dei ritagli di anatra, ma anche di pollo, fai rosolare, aggiungi un po' di verdure e cuoci con del brodo almeno un'oretta. Filtri fai ridurre e poi aggiusti. Ad es. potresti aggiungere un po' di gastrique (caramello leggero sfumato con l'aceto), aggiungere un po' di buccia di arancia sbollentata).

PETTI D'ANATRA AI MANDARINI

Chiara Chiavenna - Nova Milanese

Arrostire 4 petti d'anatra dalla parte della pelle in due-tre cucchiai d'olio a fiamma alta per circa cinque minuti; salare e pepare; trasferire in una pirofila da forno, unire mezzo litro di brodo (meglio se di anatra stessa), gli spicchi di due mandarini pelati a vivo ed il succo di altri due; cuocere in forno caldo a 180° per venti minuti con teglia coperta. Togliere dal forno e fare addensare il fondo di cottura in una padella a fuoco vivace con un cucchiaino di liquore al mandarino e uno di farina ben stemperata. Affettare i petti, guarnire con gli spicchi, che avrete tenuto al caldo, e irrorare con il fondo.

PETTI D'ANATRA FARCITI

Rosetta Bragheri - Milano

La ricetta è tratta da Cucinait

Per 4 persone: 2 petti d'anatra con la pelle - prosciutto crudo, magro g 120 - lardo g 80 - cipolla g 70 - uvetta secca - chiodi di garofano in polvere - timo - brodo vegetale - sale - pepe in grani

Dividete a metà i petti d'anatra senza togliere la pelle, quindi incideteli nello spessore ottenendo 4 "tasche" che farcirete con un battuto fine di prosciutto crudo e lardo, con timo, chiodi di garofano e pepe macinato. Ricomponete i petti, ciascuno con la sua pelle che inciderete con taglietti paralleli, salateli e infornateli a 200° per 15' senza aggiunta di condimento. Sfornate i petti e, nel fondo di cottura, tostate la cipolla affettata e 2 cucchiai d'uvetta; bagnate con un mestolino di brodo, salate e lasciate restringere lentamente. Servite i petti con il sugo agrodolce.

PETTO D'ANATRA CON MELOGRANO

Rosetta Bragheri - Milano

1 petto d'anatra (circa 400-500 g) 4 cucchiai di olio erba cipollina tritata a piacere 2 melograne sale

Spremi i due melograni, devi togliere tutti i chicchi e li passi al passaverdure oppure usi lo schiacciapate per togliere tutti i semi. In un tegame metti l'olio e l'erba cipollina e il petto d'anatra privato della pelle e tagliato in due. Salare e rosolare da ambo le parti. Unire il succo di melograno e a fuoco alto fai restringere un poco il sughetto. Unire un mestolo di brodo caldo, incoperchiare e cuocere piano sino a quando la carne è tenera. Tagliare i petti a fettine e metterla di nuovo nel tegame con una manciata di semi di melograno tenuti a parte. Ridurre completamente il sughetto e servire caldo.

PETTI D'ANATRA ALL'ACETO

Rosetta Bragheri - Milano

600 g di petti d'anatra 30 g di burro 3 cucchiari di aceto bianco 1 n. di scalogni q.b. di pepe q.b. di sale
Sbucciate lo scalogno e tritatelo finissimo. Mettetelo in una casseruolina con il burro. Bagnatelo con mezzo bicchiere d'acqua e fatelo appassire a fuoco molto dolce. Una volta che l'acqua sarà completamente evaporata e lo scalogno sarà diventato trasparente, bagnate di aceto. Alzate la fiamma per far evaporare l'acidità, quindi salate e pepate. Scaldate una griglia di ghisa e, quando sarà ben calda, grigliate i petti d'anatra mettendoli sulla griglia prima dalla parte della pelle e dopo dall'altra. Fate cuocere per una decina di minuti in modo che i petti rimangano al sangue. Tagliateli con un coltello ben affilato, riducendoli a fettine sottili che disporrete a ventaglio sul piatto da portata. Irroratele con il sugo filtrato e servite subito.

Note: Questa è una ricetta che avevo trovato sui giornalini di un noto supermercato SL, l'ho eseguita anche con l'aceto balsamico - ottima

PETTO D'ANATRA

Marco Capelli - Corbetta

2 petti - 200gr di fegato grasso d'oca - 150 ml vino rosso - 10 gr burro mescolato con 10 gr di farina - sale pepe q.b.

Metti i petti dalla parte della pelle in una teglia leggermente unta di olio e fai cuocere in forno a 200 gradi per c.a. 15 min. Sforni e tieni al caldo i petti, versi nella teglia il vino fai evaporare a fuoco vivace e poi aggiungi il fegato tagliato a fettine sottili, abbassi la fiamma e mescoli fino a che il fegato è sciolto. Aggiungi a questo punto la pallina di burro mescolato alla farina e continui a cuocere per c.a. 5 min. fino a quando la salsa è addensata, sali e passi al setaccio in modo da renderla liscia. Tagli i petti a fettine sottili, le metti nel piatto e irrori con la salsa.ciao e buon appetito

PETTO D'ANATRA AL MIELE

Sandra Vacchi - Vence (Francia)

Per il petto d'anatra cotto al naturale procedi così: Metti a scaldare un padella, aspetti che sia veramente calda, adagi il tuo petto di anatra parte pelle, lasci bruciacchiare bene la pelle, il grasso deve uscire, questo é lo scopo. Togli il petto, butti via il grasso. Mettere del miele parte pelle. Rimetti la padella sul fuoco, metti nuovamente la carne parte rossa, lasci cuocere circa 4 minuti, Sali. Giri nuovamente parte pelle, lasci ancora 3/4 minuti. Il petto é cotto al sangue. Tolgo la carne, tengo in caldo. Nella padella aggiungo un cucchiaino di miele, possibilmente profumato, aggiungo a fiamma alta o aceto di lamponi o cognac, faccio evaporare e la salsa é pronta. Puoi anche legarla con un pezzettino di burro che lavori in fretta per fare tipo crema. Servi a parte caldissima.

RAGU' D'ANATRA

Alberto Baccani - Milano

Ingredienti per 6 persone:2 cosce d'anatra 200 gr. di pancetta affumicata 50 gr. di burro 1/4 di carota 1/2 cipolla 1 costa di sedano timo e maggiorana 2 scalogni un po' d'olio 1/2 dado 2 cucchiariate di passata di pomodoro 2 dl. di vino rosso 200 gr. di funghi, tagliati a fettine 15 gerigli di noci

Fare il soffritto, rosolarlo con burro ed un po' d'olio. Pulire le cosce e tagliare la carne. Passarle al tritacarne insieme alla pancetta con il disco grosso e poi ripassarle ancora una volta. Salare e pepare la carne trita con il timo e la maggiorana e metterla con il burro nel soffritto già fatto rosolare e cuocere

per circa 1 ora con un po' di brodo aggiungendo poi il vino. Far asciugare un po' ma che resti morbido il tutto. Aggiungere la passata e far andare ancora per un'oretta a fuoco bassissimo come per il ragù bolognese a tagame coperto. Il ragù d'anatra più cuoce meglio si presenta. Trifolare a parte i funghi e aggiungerli alla fine con un trito di prezzemolo insieme ai gherigli di noce. Servire con trenette o lasagnette fatte a mano che devono essere fresche e con minimo un uovo per 80 gr. di farina.

Oca

OCA ARROSTO

Dal mio archivio: Tiziana Minoja

Un chilo di cipolle, un chilo di mollica di pane, latte, sale, pepe, zenzero, noce moscata, salvia tritata e 2 uova, un'oca, burro e brodo preparato con le interiora.

Cuocete un chilo di cipolle in forno per un'ora; fatele raffreddare, tritatele e amalgamatele a una quantità pari di mollica di pane ammolata nel latte.

Salate, pepate, insaporite con zenzero, noce moscata, salvia tritata e 2 uova. Mescolate e farcite un'oca che sfregherete con burro, sale e pepe e zenzero e farete cuocere per 2 ore.

Durante la cottura bagnate l'oca con il suo sugo e con brodo preparato con le interiora.

OCA ARROSTO CON CAVOLO ROSSO

Dal mio archivio: Tiziana Minoja

1 oca del peso di 3 kg. circa, 120g. di burro, 150g. di pancetta affumicata, 100g. di salsiccia affumicata, 100g. di pan carré, 2 bicchieri di panna acida, un chilo e mezzo di cavolo rosso, mezzo bicchiere di aceto rosso, 2 cucchiari di zucchero, brodo di carne, sale e pepe.

Preparare il ripieno impastando il pan carré con la pasta della salsiccia e la panna acida. Con questo composto, farcire l'oca ben pulita, fiammeggiata e insaporita all'interno con sale e pepe.

Ungere l'oca con burro fuso e fasciarla con le fettine di pancetta. Cuocere in forno a 180° per un'ora circa.

Rosolare i cavoli sminuzzati in 50g. di burro dopo aver tenuto da parte le foglie più belle. Unire l'aceto e lasciar evaporare. Aggiungere il brodo, metà dello zucchero, sale e pepe. Lasciar cuocere dolcemente per 2 ore aggiungendo brodo a mano a mano che il composto si asciuga. A cottura ultimata scoperchiare e cuocere a fiamma viva per far restringere il liquido. Togliere l'oca dal forno e spennellarla con il suo sugo a cui si sarà aggiunto lo zucchero rimasto. Ripassare al forno caldissimo per qualche minuto e servire l'oca insieme al cavolo stufato sopra un piatto di portata guarnito con le foglie tenute da parte.

OCA ALLA NONNA MARIA di Rosy

Rosetta Bragheri - Milano

(per 6/8 persone)

1 oca di 3 kg circa olio exv di oliva q.b. cannella q.b. 2 cipolle bionde 2 foglie di alloro 8 spicchi di aglio brodo vino bianco secco Tocai sale e pepe

Fiammeggiare l'oca già spennata ed eviscerata.

Togliere testa, zampe e spellarla se è troppo grassa.

Tagliarla a pezzi, lavarla bene, e metterla a marinare per qualche ora nel vino.

Versare in una casseruola l'olio le cipolle, l'alloro e l'aglio, tutto ben tritato.

Appena la cipolla e l'aglio iniziano ad imbianchire, adagiare i pezzi d'oca, tolti dalla Marinata.

Rosolare da tutte le parti, salare, pepare e splverare con la cannella. Versare 1 dl di vino tocaj, e portare piano piano a cottura, tenendo umida la carne con del brodo e girandola di tanto in tanto.

Servire con polenta fumante.

CICCIOLI D'OCA DI NONNA MARIA di Rosy

Rosetta Bragheri - Milano

Non gettate la pelle e il grasso dell'oca.

La pelle ben fiammeggiata lavatela e asciugatela bene, la tagliate a pezzetti e la mettete insieme al suo grasso in una casseruolina con poco olio, 2 spicchi d'aglio in camicia e aromi a piacere.

Lasciare sciogliere piano piano tutto il grasso, finchè i pezzetti di pelle e i gnocchetti di grasso si rimpiccioliscono e diventano abbrustoliti.

Con la schiumarola togliere i ciccioli appena sono pronti, metterli nello schiacciapatate per far colare tutta l'eccedenza di grasso nella casseruolina.

Appoggiare i ciccioli in un piatto, salarli e pepararli.

E' un antipastino buono con della polenta grigliata.

Note: Il grasso non buttatelo, usandolo in pochi quantitativi, serve per insaporire paste asciutte o riso semplicemente lessati.

Friggete le patatine in questo grasso e sentirete la differenza.

OCA ALL'ANTICA

Elena Collini - Zenevredo (PV)

Ingredienti:

1 oca di 4 kg 200 g di fichi secchi 200 g di prugne secche snocciolate 100 g di uvetta 1 arancia
Scaldare il forno a 180°. Far rinvenire l'uvetta e le prugne in acqua tiepida e scolarle. Tagliare i fichi a spicchi. Togliere la scorza all'arancia e tritarla fine. Tritare fine il cuore e il fegato dell'oca e mescolarli con le prugne, l'uvetta, i fichi e la scorza d'arancia. Salare e pepare l'oca, farcirla con il preparato e cucirla. Lasciarla rosolare in forno con un bicchiere di acqua bollente. Cuocerla per 3 ore e mezza. Girarla dopo un'ora e irrorarla con il suo sugo di cottura. Quando è cotta, spruzzarla di acqua fredda e lasciarla riposare in forno per 20'. Pelare gli spicchi dell'arancia e unirli al sugo dopo averlo deglassato con un po' di acqua calda e servirlo a parte.

COLLO D'OCA RIPIENO CON VERZE

Rosetta Bragheri - Milano

La pelle di un collo d'oca 600 gr. di carne d'oca 2 salamelle mantovane 1 uovo pane raffermo vino prezzemolo aglio sale pepe una verza pulita 1 costa di sedano 1 carote sale e pepe ancora, se necessario
In una terrina impastare la carne dell'oca tritata, la salsiccia sbriciolata, il prezzemolo e l'aglio tritati, il pane ammorbidito nel vino bianco e strizzato, il sale e il pepe. Amalgamare molto bene gli ingredienti e riempire la pelle del collo dell'oca, al quale avrete già cucito la parte più piccola. Una volta riempito, cucire anche l'altra estremità. Punzecchiarlo delicatamente in più parti, come il cotechino, affinché non si rompa in cottura. In una capace casseruola dai bordi alti, rosolare il collo nell'olio con un trito finissimo di salvia rosmarino e aglio, sfumare con un bicchiere di vino bianco e quando è evaporato, versare brodo caldo, fatto con le ossa dell'oca stessa. Appena inizia il bollire, abbassare il fuoco e lasciare cuocere 1 ora e mezzo circa. Ora togliere il collo dalla casseruola, mettere il sedano e la carota tritati, la verza lavata e tagliata a listarelle, salare e pepare se necessario, mettere il coperchio e lasciare stufare per 20 minuti circa. Quando le verze si sono ben sedute mescolare, rimettere insieme il collo e proseguire sino a completa cottura delle verze, che non devono spappolarsi. Servire con polenta

OCA BRASATA

Sandra Vacchi - Vence (Francia)

Una signora Oca da brasare al forno, cottura lenta per almeno 3-3,5 ore a 150°-160°. Rosolarla prima in olio e burro, salare e pepare, poi mettere un trito di cipolle e carote, erbe (timo salvia rosmarino legati a mazzolino) pomodori (pelati e senza semi, tagliati a pezzi), una bottiglia di vino bianco secco. Coprire il tegame e mettere al forno. Sorvegliare che non manchi liquido, aggiungere brodo o acqua, in mancanza del primo. A cottura avvenuta, verificare sia tenerina, togliere le ossa e servirla a pezzi, ben impregnata del suo sugo di cottura. Alla fine nel sugo, puoi mettere un bicchierino di cognac e fare evaporare in fretta. Come contorno fare delle castagne, in purea o intere o una purea di sedano rapa.

OCA FARCITA ALLA NOVARESE

Marzia Mellano - Fossano

un'oca già pulita e svuotata, per il ripieno: 300 gr di coscia di vitello, 200 gr di lardo, 100 gr di riso, 1 cipolle, un po' d'aglio, prezzemolo

per la cottura: 2 cipolle, 30 gr di lardo raschiato, 1 etto di burro, una foglia di alloro

Tritate la coscia di vitello, il lardo, la cipolla, l'aglio e il prezzemolo; aggiungete sale, pepe e spezie, infine unite un etto di riso. Con il composto farcite un'oca, cucitela, adagiatela in una teglia da forno, nella quale avrete messo le cipolle tagliate, il lardo, il burro, sale, pepe e lauro. Ponete in forno e cuocete finchè l'oca non risulterà tenera. Bagnate ogni tanto con il fondo di cottura. Servitela tagliata a pezzi con un buon risotto cotto nel suo sugo di cottura.

OCA AL FORNO

Isa Marvelli - Sinalunga

Una volta da queste parti (prov.di Siena) l'oca veniva bollita ed era deliziosamente morbida e saporosa, servita con una salsa verde. Il collo veniva fatto ripieno. Adesso si fa molto più spesso a tocchi e in umido (e quindi con il sugo si condisce la pasta) o intera al forno. Questo è il modo che preferisco, a parte il lessato). In questo caso dopo averla preparata strofinandola con sale e pepe, riempita la pancia con tutti gli odori e ancora sale e pepe, mettendo nel fondo della teglia acqua o vino in modo che il grasso che man mano colerà non bruci, si mette a forno basso, 130°, per almeno due ore, quindi si alza a 150° per un'altra ora e poi si rifinisce per una mezz'ora abbondante a 180°. Girandola almeno quattro volte nel processo di cottura. Ovviamente il tempo di cottura dipende anche dalla dimensione dell'animale...

OCA ALLA PANNA E FICHI

Chiara Chiavenna - Nova Milanese

Rosolare in olio extravergine d'oliva un'oca già pulita e tagliata a pezzi; aggiustare di pepe e sale; contemporaneamente, sbucciare una decina di fichi freschi e rosolarli in un padellino con due cucchiaini di burro, unire quindi sale, poco pepe, e del brodo, lasciando stufare per una decina di minuti circa; a questo punto, unire ai fichi una confezione di panna fresca e versare tutto nella padella con l'oca. Cuocere a fuoco basso per circa due ore, inumidendo spesso la carne con il sugo di cottura.

Fagiano

FAGIANO: CONSIGLI UTILI

Paola Cocurullo - Roma

Aggiungo qualche annotazione per chi non avesse mai preparato prima questo volatile. Ovviamente si tratta di consigli dettati da chef e gastronomi esperti nella preparazione della selvaggina. Il fagiano, che sia allevato o selvatico, deve aver frollato dagli otto ai dieci giorni dopo l'abbattimento, privato delle interiora e riempito di ginepro ed erbe aromatiche, con tutto il piumaggio. Va spiumato solo al momento di cuocerlo perchè le piume conservano i succhi nella carne e quindi spiumarlo in anticipo lo priverebbe di parte del gusto. L'animale migliore è la femmina perchè più tenera e saporita e, in ogni caso va scelto giovane. L'età si riconosce guardando le ali: se la loro estremità è a punta l'animale non ha raggiunto un anno di età ed è migliore. Chi trovasse difficoltà a spiumarlo deve immergerlo in acqua bollente per un min., e in ogni caso legarlo per la cottura, per evitare che si sforni.

FAGIANI di fra gino

Gino Lombardo - Pistoia

...o generalmente ho un modo collaudato per cucinare il fagiano. Dopo aver salato, pepato e aromatizzato (con salvia, rosmarino burro e aglio tritato finemente) l'interno del fagiano, faccio una bardatura fitta e stretta con della pancetta e poi in una padella grande rosolo il volatile aggiungendo un bel bicchiere di vino rosso. Dopo dispongo il fagiano in una pirofila e lo infilo nel forno a 200 gr. Seguo la cottura

aggiungendo di volta in volta un po' di succo di arancia (va bene anche il pompelmo rosa). Il trucco sta nel servirlo caldissimo su bel tagliere di legno.

FAGIANO AL VINO

Sonia Giusti - Campo di S.Giuliano Terme

1 fagiano 60 gr. di burro un bicchierino di whisky una manciata di prezzemolo tritato 1 cipolla tritata 1 limone brodo vino bianco olio, farina, sale e pepe.

Pulire molto bene il fagiano con acqua e vino, fiammeggiarlo e tagliarlo a pezzi. Rosolarlo in una casseruola con 30 gr. di burro, 3 cucchiaini di olio e la cipolla. Spruzzare con il limone, far dorare la carne da tutte le parti, salare, pepare ed irrorare con whisky. Far evaporare, bagnare con un mestolo di brodo e cuocere a fiamma bassa per circa 1 ora aggiungendo, se necessario altro brodo. Levare il fagiano e tenerlo in caldo. Aggiungere al fondo di cottura il burro rimasto impastato con un cucchiaino di farina, mescolare bene, aggiungere 2 cucchiaini di vino e mezza tazzina di brodo. Sempre mescolando, far addensare la salsa da versare poi sul fagiano aggiungendo prezzemolo tritato.

FAGIANO ALLA CACCIATORA

Sonia Giusti - Campo di S.Giuliano Terme

Fai a pezzi della grandezza desiderata un fagiano intero lavato e pulito.

Lo rosoli in una larga casseruola con un bel po' di olio extra vergine, dopo circa 15 minuti e comunque quando è ben rosolato da tutte le parti, lo cospargi di un trito abbondante di aglio e aghi di rosmarino.

Fallo cuocere ancora per 15-20 minuti, bagnandolo con un poco di vino aggiungi sale e pepe (facoltativo)

A questo punto aggiungi il concentrato di pomodoro (quasi mezzo tubo) e allunghi con brodo o acqua calda. Fai ritirare e porta a cottura, quando è quasi cotto metti delle olive nere le migliori sono quelle che si trovano da noi in toscana piccole e leggermente amare, sono buone anche quelle al forno, comunque metti quelle che ti piacciono. Il piatto è pronto. Puoi accompagnare con una bella polenta e ti diventa piatto unico. **Nota:** Questo è un piatto che piace molto agli inglesi che amano tanto il pomodoro.

FAGIANO ALLA CREMA

Lisa Conti - Sesto Fiorentino

Per 4-6 pers.:

Un fagiano di 8-900 gr circa 50 gr. circa di burro + 3 cucchiaini d'olio un bicchiere di crema di latte fresca il succo di mezzo limone una punta di cucchiaino di paprica dolce una cipolla bianca, sale-pepe facolt.: un piccolo tartufo bianco

Spiumare e legare il fagiano già eviscerato e condito internamente con sale e pepe. Metterlo con il burro in tegame profondo munito di coperchio. Aggiungere la cipolla affettata sottilmente e far cuocere a fuoco moderato per circa mezzora fino a far disfare la cipolla, girando il

fagiano continuamente per farlo rosolare su tutti i lati. Trascorso il tempo togliere la cipolla dal sughetto che si sarà formato e aggiungere la panna, il limone e la paprica. Far cuocere ancora per una diecina di minuti. Servire il fagiano a pezzi su fiamminga calda, cosparsa del sugo e cipolla passati al setaccio.

FAGIANO ALLA PANCETTA

Lisa Conti - Sesto Fiorentino

Ricetta di mia nonna Ida

Per un fagiano di 1 Kg circa 200 g di pancetta (non troppo magra) stesa a fette. Salvia Timo ginepro Marsala secco Brodo Olio Sale Pepe

Condire l'interno del fagiano con un trito composto da tutti gli aromi sale e pepe.

Fasciare il fagiano con la pancetta a fette. Fermare le fettine con filo da cucina.

Ungere una teglia da forno e infornare a 230°, dopo 10 min bagnare con mezzo bicchiere di marsala

Ogni tanto bagnarne con poco brodo e con il suo fondo di cottura.

Sarà pronto dopo circa 40 min. dipende dal forno.

FAGIANO CON PANCETTA NOSTRANA ALL'AGLIO CADERZONE

Rosa Maria Paniccia - Roma

(è una pancetta particolare Trentina)

per 8 persone

1 fagiano ben frollato 100 gr. di pancetta nostrana all'aglio caderzone tritata 50 gr. di burro 1 cucchiaino di salvia tritata 1 bicchierino di grappa al ginepro 1/4 di litro di panna sale e pepe.

Amalgamare pancetta e salvia, un pizzico di pepe e di sale. Riempire con il composto il fagiano, ma tenerne da parte un po' per spalmarlo esternamente sul pennuto. Legare il fagiano e cuocerlo con un po' di burro in casseruola, bagnandolo con la grappa. Prima di servire, tagliarlo a pezzi, recuperare la farcia, distribuirli sui pezzi di fagiano, aggiungere la panna e cucinare ancora il tempo necessario per amalgamare il sugo di cottura.

Servire su una base di puré di piselli.

FAGIANO DELLA SIGNORA NADINA

Rosa Maria Paniccia - Roma

Dentro il fagiano, pancetta e salvia.

Avvolgerlo completamente nella pancetta legando con cura (ho usato una volta la pancetta arrotolata, un'altra il guanciaie; l'essenziale è che sia tagliata assai sottile; aggiungo che se è veramente sottile, aderisce, evitando l'antipatico spago). Pochissimo sale e un po' di pepe.

Rosolare con olio in casseruola a fondo spesso (poco: ricordarsi del grasso della pancetta).

Versare un quarto di brodo sul fagiano rosolato, far cuocere a fuoco lento.

Triturare il fegato del fagiano (in campana! attualmente, il fagiano si trova il più delle volte pulito, magari surgelato, e senza fegato! rimediare con un fegato di pollo) con prezzemolo e aglio e mettere il pesto sul fagiano poco prima di toglierlo dal fuoco, insieme con un po' di cognac.

Tolto dalla casseruola il fagiano oramai cotto, raccogliere il fondo di cottura e spalmarvi fette di pane casereccio abbrustolito, che si servono come guarnizione.

Nota: Questo è stato il mio primo piatto cucinato e proposto in famiglia, ai mie 14-15 anni: mi dissi, se si tratta di cucinare, facciamo che ne valga la pena. E mi impegnai in qualcosa di mai visto in casa, di "esotico"; quindi a suo modo, e ai miei occhi, ricco.

Mi ero fatta dare la ricetta dalla signora Nadina, celebrata cuoca toscana di Santa Fiora, anziana signora amica, che rallegrava la sua casa con profumate cucine e memorie di paese. Quanto al piatto, a me parve buonissimo; non ricordo le facce degli altri. Inoltre, mi procurai un bel bottino di piume di fagiano, una più bella dell'altra, visto che all'epoca il fagiano te lo mettevano in mano ricco di tutto il suo mirabolante piumaggio.

FAGIANO di cristina

Cristina Bevilacqua - Perugia

Io lo cucino così e confesso che non ne rimane neanche un pezzettino: metti in una padella antiaderente (tutto insieme mi raccomando) il fagiano tagliato a pezzetti, aggiungi: 3 o 4 foglie di salvia, una fetta di mortadella tagliata spessa e poi fatta a dadini, 1 bustina di olive nere snocciolate, ed una di olive verdi snocciolate, 1 cipolla, sale, pepe q.b. 1 o 2 peperoncini, olio q.b.

fai soffiggere il tutto e poi aggiungi del vino bianco che fari evaporare.

Copri la padella e lascia cuocere per circa 45 minuti (poi lo senti quando è cotto il fagiano!!!!) ...e.. basta. e poi lo mangi!!!!

FAGIANO IN CASSERUOLA

Vittoria Toschi - Bologna

Fagiano olio preparato di odori per selvaggina (quelli della ariosto per intenderci) brandy vino bianco brodo pancetta a fetta stesa limone

Pulire bene il fagiano, condirlo con il preparato di odori mettere nell'interno un limone intero piccolo, fasciarlo con fette di pancetta e legarlo; farlo arrosolare in un tegame con aglio; bagnarlo con brandy,

farlo evaporare. Bagnare con vino bianco e quando e' evaporato bagnarlo con brodo e farlo cuocere ben coperto a fuoco lento.

Quando e' cotto, togliere il fagiano, sgrassare e legare la salsa se necessario (Si lega con poca farina e fecola sciolta in acqua fredda).

Preparato di odori per selvaggina: sale, pepe, aglio, rosmarino, salvia, bacche di ginepro, alloro, buccia di limone (solo il verde), tutto tritato separatamente molto fine (questo se volete farlo voi). Ben mescolato, viene messo in vasi di vetro. In frigo si conserva per molto tempo senza perdere aroma.

FAGIANO SOUVAROFF

Vittoria Toschi - Bologna

1 fagiano; pancetta magra; 200 gr di foie gras 12 gr di tartufo 125 gr di burro 1dl di maderia cognac scalogni 2 dl di salsa demi-glace

Pulire bene il fagiano, mettere da parte le frattaglie. Tagliare a dadini il foie gras ed un terzo del tartufo, insaporire con cognac, maderia. Salare leggermente. Farcire con questo il fagiano, bardarlo con la pancetta, legarlo. Foderare una terrina con le frattaglie ben tritate, con gli scalogni tagliati fini, e uno o due spicchi di aglio interi e non sbucciati. Adagiare il fagiano, pepato e salato, leggermente imburato. Cuocere per circa 45'. Slegarlo, togliere la pancetta, tenerlo in caldo. Ridurre il fondo con le frattaglie, ridurle a poltiglia, "declassare" con il cognac ed il maderia rimasto, ridurre sul fuoco della metà. Aggiungere la salsa demi-glace, cuocere 10'

Sistemare il fagiano nella terrina con coperchio, aggiungervi a scaglie il rimanente tartufo, passare allo "chinois" (colino conico finissimo) il fondo di cottura, girando con il colino in modo da farla cadere sul fagiano. Mettere il coperchio, sigillarlo con la pasta matta e metterlo in forno per 15'.

Nota: Quest'ultima ricetta, col sapore di Bella Epoque, non è tratta dal quaderno della nonna, ma l'ho copiata dal ricettario dell'Accadémie des gastronomes-Académie Culinaire de France.

FAGIANO IMPEPERONATO

Rosetta Bragheri - Milano

per 4 persone: 1 fagiano 1/2 bicchiere di olio d'oliva 500 gr. di pomodori freschi o pelati 2 peperoni dolci 1 cipolla sale e pepe

Tagliare il fagiano in piccoli pezzi e farlo dorare in un tegame con olio e cipolla tagliata finemente. Quando sarà ben colorito, salare, pepare ed unire i pomodori pelati e tagliati in pezzi; continuare la cottura a fuoco moderato. Arrostiti i peperoni sulla piastra, tagliarli a listerelle, pulirli e metterli a cuocere con un po' d'olio, coperti e a fuoco moderato. A cottura ultimata, unire al fagiano, lasciare insaporire e dopo circa 10 minuti servire ben caldo.

FAGIANO ALLA BIRRA

Stefania Bruzzone - Genova

Rosola adagio il fagiano in ottavi, togliolo un momento dalla padella, rosola in olio abbondante cipolla carota sedano rosmarino aglio prezzemolo pinoli tritati piu' un cucchiaino di pinoli interi, rimetti i pezzi di fagiano e falli insaporire bene. A questo punto copri il fagiano di birra intiepidita (buona, occorrono due lattine), copri con il coperchio e porta avanti la cottura adagio. Se occorre, aggiungi un po' di brodo di dadio, il fagiano deve essere ben cotto.

FAGIANO ALLA CACCIATORA

Sonia Giusti - Campo di S. Giuliano Terme

Se lo cucini alla cacciatora allora lo devi tagliare a piccoli pezzi che farai rosolare in una padella con abbondante olio. Quando è rosolato aggiungi del vino bianco (vino scaldato, quando il vino è evaporato cospargi i pezzi di fagiano con abbondante rosmarino e aglio tritati. Salare e se lo usi aggiungi una spolverata di pepe e fai cuocere per circa 15/20 minuti. A questo punto metti il concentrato di pomodoro, copri la padella e fai cuocere per altri 20 minuti. Aggiungi le olive e cuoci ancora per 10 minuti.

Fai una bella polenta soda da mangiarci insieme e sentirai che bontà.

FAGIANO ARROSTO

Sonia Giusti - Campo di S.Giuliano Terme

Se invece il fagiano lo fai arrosto lo lasci intero, inserisci nel ventre una o due salsicce e 1/2 etti di olive nere snocciolate, sale e pepe. Rivesti il fagiano di pancetta e poi lo trasferisci nel forno caldo. A metà cottura bagna con brodo o vino caldo e porti a totale cottura.

FAGIANO ALLA CRETA

Paola Cocurullo - Roma.

Per 4 pers.:un fagiano femmina di circa 800 gr 50 gr di prosciutto crudo di parma 50 gr di burro 2 cucchiaini di rosmarino e salvia freschi tritati un pizzico di timo fresco tritato+ un cucchiaino di aromi per arrosti sale, pepe-carta forno-carta d'alluminio Un panetto di creta morbida

Spiumare e legare il fagiano eviscerato dopo averlo salato internamente. Disporre sul piano di lavoro un foglio di carta forno dilunghezza pari a tre volte la lunghezza del fagiano. Disporvi al centro, disteso per il lungo, il fagiano imburrito prima con il burro fuso e avvolto poi (bardato) nelle fette di prosciutto. Ripiegarvi intorno la carta forno in modo da chiudervelo completamente, senza lasciare spiragli, quindi avvolgerlo ulteriormente nella carta d'alluminio, fino ad ottenere un pacchetto perfettamente sigillato. Stendere quindi il panetto di creta sul piano da lavoro, come se fosse pasta frolla, appoggiarvi sopra il fagiano impacchettato e ripiegarvi sopra la creta, modellandola fino a richiudervelo completamente. Appoggiare questo "sarcofago" su un foglio di carta d'alluminio ripiegato a metà e porlo sulla griglia del fornori scaldato a 240°. Dopo $\frac{3}{4}$ d'ora abbassare la temperatura a 225° e far proseguire la cottura per un'altra ora e mezzo. A fine cottura rompere l'involucro di creta e liberare l'involto d'alluminio di tutti i frammenti di creta. Nel caso, servirsi di una pennellina e di uno straccio. Appoggiare il pacchetto in un vassoio e liberare con precauzione il fagiano dall'alluminio (attenti a non disperdere i succhi che usciranno), aprire la carta forno sul piatto di portata e servire il fagiano intero e bardato con il prosciutto.

FAGIANO ALLA PANNA.

Barbara Rapparini - Castel Maggiore

Sbollentare per 15/20 minuti il fagiano intero, lasciarlo raffreddare e tagliarlo a pezzi. Preparare un battuto con lardo, sedano carota e cipolla, fare rosolare i pezzi di fagiano nel battuto sfumare con brandy, rum o vino a seconda dei gusti. Aggiungere panna liquida fino a coprire il fagiano, lasciare sobbollire fino a cottura. Il tempo di cottura varia a seconda dell'età del fagiano. E' ottimo accompagnato con polenta.

FAGIANO ALLA VIGNAIOLA

Rosetta Bragheri - Milano

La ricetta è tratta da CI

Ingredienti: (dose per 4 persone) un fagiano pulito e senza pelle g 900 - vino bianco secco g 350 - burro g 60 - cipolla - aglio - brodo - sale - pepe -

Per la composta: uva nera sgranata g 400 - burro g 20 - uno scalogno - mela - sale - Per accompagnare: 4 vol au vent medi

Dividete il fagiano in 4 parti e disossate il petto. Mettete tutto il volatile a marinare per una notte nel vino con una cipolla a pezzi e 2 spicchi d'aglio, quindi sgocciolatelo e rosolatelo nel burro insieme con le verdure della marinata, tritate. Spruzzate poi con un bicchiere di vino della marinata, salate, pepate, incoperchiate e cuocete a fuoco moderato per un'ora, aggiungendo anche un goccio di brodo. Alla fine frullate il fondo di cottura che dovrà risultare piuttosto ristretto. Preparate la composta facendo rosolare nel burro lo scalogno tritato e mezza mela tagliata a tocchetti e, dopo qualche minuto, anche i chicchi d'uva nera tagliati a metà. Salate, rosolate ancora per poco, quindi passate al tritatutto elettrico, distribuendo poi la composta nei vol-au-vent. Servite il fagiano salsato con il fondo di cottura, accompagnato dai vol-au-vent e, volendo, da timballini di riso.

FAGIANO CON SALSA DI FEGATINI IN CASA MIA,

Roberto Zottar - Gorizia

Per San Martino a Novembre, è d'uso cucinare il fagiano arrosto bardato con prosciutto crudo e pancetta, aggiungendo i soliti aromi (aglio, salvia, pochi aghi dirosmarino, 2 bacche di ginepro, pepe, etc.). Una volta cotto, viene tolto il fagiano e nel sughetto grasso rimasto si cucinano dei fegatini (suoi più altri di pollo o un pezzetto di fegato di vitello), si aggiunge il prosciutto della bardatura e dell'altro crudo. Si spruzza di cognac e/o aceto e si aggiunge della panna. Questa salsa viene poi macinata (non si frulla, deve essere un po' granulosa) e serve ad accompagnare i pezzi di fagiano con la polenta di grano saraceno.

FAGIANO CONCIATO PER LE FESTE di Rosy

Ovvero terrina di fagiano, con piccolo bouquet di indivia in vinegrette di aceto balsamico, e prugne.

Rosetta Bragheri - Milano

per 12 persone:

per la terrina: 1 fagiano di 1kg 130 gr. di lardo a fette 60 gr. di pancetta affettata 400 gr. di panna 4 scalogni 2 albumi 2 cucchiaini di gelatina in polvere 1 cucchiaio di pasta di tartufo vino bianco 1/2 bicchiere di cognac farina sale pepe olio extra vergine

per guarnire: 200 gr di zucca 6 cucchiaini di olio exv 2 cucchiaini di aceto balsamico indivia riccia sale e pepe 24 prugne denocciolate.

Disossare il fagiano lasciandone intero il petto, marinarlo in due ore con il cognac, gli scalogni affettati e il vino bianco.

Scolare il petto e avvolgerlo con la pancetta.

Passare il resto della polpa, se dovesse essere meno di gr 450, unire anche i fegatini del volatile, quindi passare al mixer con gli albumi, la panna, sale, pepe macinato, la pasta di tartufo e la gelatina in polvere. Rivestire una terrina con fettine di lardo facendole debordare.

Trasferirvi metà del passato di fagiano, sistemarvi per il lungo il petto avvolto nella pancetta, spalmarvi il resto del composto e coprire, ripiegando verso l'interno il lardo. Chiudere la terrina con il coperchio o un foglio di carta alluminio e cuocere a bagno maria nel forno a 200° per 40 minuti circa.

Nel frattempo lessare 150 gr di polpa di zucca con poca acqua salata per 20 minuti, sgocciolarla, frullarla e condirla con un filo d'olio, sale e pepe.

Estrarre dal forno la terrina, farla raffreddare sotto un peso e sfornarla e lasciarla raffreddare per 5 minuti.

Tagliare l'indivia con le mani, tagliare la restante zucca a sottili nastri, disporre a lato di ogni piatto l'indivia con i nastri di zucca gialla, posarci a lato una fetta di terrina lucidare con aceto balsamico e olio guarnire con ciuffi di purea di zucca, e julienne di prugna.

Note: per avere risultati soddisfacenti è opportuno scegliere la carne di un fagiano giovane e comunque non troppo grosso, ed è importante non farla cuocere troppo, altrimenti indurisce, così come accade per tutte le carni rosse.

Per questo, la marinata che spesso si nomina nei termini culinari, serve prima per purificare e rendere la carne più tenera, poi si trasforma in salsa durante la cottura, anche se in questa ricetta non è l'elemento determinante, la stessa formula si può usare per altre carni.

FAGIANO

Alma Chiampo - Torino

Ingredienti x 6 persone: 1 fagiano 1 bicchiere piccolo di cognac 150 gr. di pancetta fresca ½ litro di vino bianco brodo q.b. panna sale, pepe, burro 1 battuto composto da bacche di ginepro schiacciate nel mortaio, prezzemolo tritato, origano. farina bianca.

Lavare ed asciugare il fagiano, tagliarlo in piccoli pezzi. Far dorare nella pancetta tagliata a dadolini, spegnere tutto con il cognac, salare, pepare e far evaporare. Irrigare con il vino bianco e cospargerla con il battuto di erbe preparato. Aggiungere se occorre un poco di brodo. Mettere in forno per i 2/3 del tempo occorrente a cuocere. Togliere dal forno e mettere sul fuoco. Se occorre far addensare il

sugo che deve essere piuttosto abbondante ma denso. Aggiungere qualche cucchiata di panna. Amalgamare bene, servire con polenta.

FAGIANO IN BOMBA DI RISO

Sabrina Delfanti - Piacenza

Mettere a colorire in una casseruola meglio se di coccio cipolla sedano e carota con una bella noce di burro, senza lesinare mi raccomando, e un mazzetto di odori legati (rosmarino, alloro, salvia). Aggiungere un bel fagiano tagliato a tocchetti, meglio se disossato, e sfumare con del buon vino rosso. Procedere con la cottura aggiungendo vino e brodo in egual quantità, regolando di sale. Quando è giunto a cottura abbiate cura che il fondo rimanga molto lungo perchè dovrà servire a cuocere il riso. Togliere la carne e tenerla in caldo e cuocere nella casseruola il riso piuttosto al dente. Una volta cotto mantecare con un pezzo di burro buono o volendo della panna fresca. Versare il riso in uno stampo a ciambella inumidito e sformare su un piatto da portata mettendo nel centro il sugo di fagiano.

PETTO DI FAGIANO CON CASTAGNE

Sabrina Delfanti - Piacenza

Dividere a metà il petto di fagiano e praticare un taglio a tasca. Riempire con castagne sbollentate, sale e pepe, poi richiudere battendo il coltello di costa (non dalla parte tagliente della lama) per fare aderire la carne. In una padella scaldare un filo di olio con un rametto di rosmarino e mettere il fagiano a cuocere prima dalla parte della pelle, poi dall'altra. Sfumare con del cognac e portare a cottura aggiungendo un mestolino di brodo. Intanto lessare un paio di patate, sbucciarle e ridurle a purè. Quando il fagiano è ormai cotto toglierlo dalla padella e tenerlo in caldo e nella stessa mettere le patate schiacciate, spolverizzare con un poco di farina di castagne, sale e pepe e mescolare bene raccogliendo gli aromi rimasti sul fondo della pentola. Con questa specie di purè formare delle quenelle da accompagnare al fagiano.

FAGIANO TARTUFATO

Rosetta Bragheri - Milano

per 4 persone

Un fagiano o una fagianella di circa 1 Kg. Tartufo bianco (per chi è fortunato) Prosciutto crudo molto grasso: 50 gr. Pancetta tagliata a fette sottili 50 gr. Panna liquida: 200 gr. Brandy o Cognac Un po' di brodo 2 spicchi di aglio Un rametto di rosmarino Salvia Olio di oliva Sale e pepe

Fate frollare il fagiano (senza le interiora), nelle sue piume, per 3 o 4 giorni (se cacciato, altrimenti bastano un paio di giorni in frigo), quindi spiumatelo, eliminate le zampe e il collo, fiammeggiate, sciacquatelo in acqua e aceto e asciugatelo bene. Farcitelo con il prosciutto finemente tritato, con delle lamelle di tartufo, con un po' di sale e un po' di pepe. Fasciate il petto con la pancetta mettendo fra questa e la pelle qualche fogliolina di rosmarino, legatelo bene e mettetelo in una casseruola di coccio insieme all'aglio, alla salvia e a 4 cucchiaini di olio. Rosolatelo bene a fuoco vivace da tutte le parti e poi bagnatelo con il brandy; continuate la cottura per circa un'ora, bagnando di tanto in tanto con un po' di brodo. Quando sarà pronto, slegatelo, eliminate la pancetta, il rosmarino e dopo averlo tagliato in quarti, mettetelo in un vassoio. Dal sugo della casseruola togliete gli aglio e la salvia e poi uniteci il fegatino del fagiano finemente tritato e la panna. Fate cuocere per qualche minuto e poi passate la salsa al setaccio. Rimettete il fagiano nella casseruola e appena sarà bollente servitelo in un vassoio cosperso con sottili lamelle di tartufo.

PASTICCIO DI FAGIANO

Chiara Chiavenna - Nova Milanese

Tratto da "In Tavola", gennaio 2005

Pulite un fagiano e le sue interiora; tritate grossolanamente queste ultime e fatele dorare in una casseruola con una noce di burro; unite un po' di brodo, lasciate evaporare e frullate tutto, aggiungendo altro brodo fino ad ottenere una salsa fluida. Tritate un cipollotto, un gambo di sedano ed una carota e rosolate con 30g di burro. Aggiungete il fagiano, salatelo, pepatelo e lasciar rosolare; proseguire la

cottura per circa un'ora, aggiungendo poco alla volta prima 1/2l di vino e poi 1-2 mestoli di brodo. Al termine tagliate in quarti il fagiano e disossatelo. Fate insaporire la carne nel fondo di cottura, aggiungendo anche la salsa di rigaglie e 30 g di burro. Frullare il tutto insieme a 3 tuoli e 1 tartufo a scaglie, fino ad ottenere un impasto omogeneo che verserete in una terrina; quindi incorporare 3 albumi a neve. Imburare uno stampo di alluminio, versarvi del pangrattato per rivestire pareti e fondo, e riempirlo con il composto. Coprire con carta da forno e far cuocere a bagnomaria in forno a 180° per 40 minuti. Far raffreddare e mettere in frigo due ore prima di servire.

GALLINA SNOB

Dal mio archivio: Tiziana Minoja

Faraona (o fagiano) - funghi misti trifolati (o melanzane trifolate con parmigiano e vino bianco)

8 fette di prosciutto crudo - aglio - olio - prezzemolo - scalogno - salvia - rosmarino - besciamella (1 o più cucchiaini di farina - 1 o più cucchiaini di olio d'oliva a bassa acidità - latte caldo - noce moscata - parmigiano grattugiato - 1 uovo)

Dopo aver pulito la faraona, avvolgerla con le fette di prosciutto crudo, aggiungere olio e lo spicchio d'aglio.

Cuocerla in forno per circa $\frac{1}{2}$ ora fino a quando il prosciutto si è cotto ed è diventato croccante..

Gettare via il grasso, il prosciutto, cambiare teglia, rimettere la faraona in forno per 3 ore a 150° con scalogno - salvia - rosmarino.

Mentre la faraona cuoce, preparare i funghi trifolati.

Dopo cotta, spolare la faraona con le mani e sminuzzarla, metterla in una terrina a cui si aggiunge la besciamella morbida e mescolare il tutto delicatamente.

In una teglia ovale imburata porre la faraona con la besciamella e ricoprirla con i funghi trifolati. Coprire il tutto con un velo di besciamella e ciuffi di funghi a forma di stella.

Porre in forno per 40' a 180°/ 200°

Faraona

FARAONA AL COGNAC

Romina Ferrari - Fontanellato

Ingredienti

1 faraona pulita 250 gr di pancetta affettata 200 gr di panna 2 bicchieri di vino bianco 2 bicchierini di cognac alloro, rosmarino, sale e pepe. Olio extra

Disporre le fette di pancetta intorno alla faraona, legare il tutto con dello spago da cucina. Mettere un goccio di olio extra in una pirofila che va dal fuoco al forno, tutti gli odori, soffriggere sul fuoco la faraona bardata di pancetta, salata e pepata per qualche minuto, fiammeggiare con il cognac trasferire il tutto in forno già caldo, aggiungere il vino bianco e lasciare cuocere per circa 2 ore, dipende poi dal forno. A cottura ultimata, togliere il vino in eccesso, lo spago da cucina e trasferire sul fuoco aggiungendo la panna liquida fresca, si formerà così un sughetto succulento. Servire la faraona calda con il suo sughetto bollente in un piatto da portata.

FARAONA AI FUNGHI

Chiara Chiavenna - Nova Milanese

Soffriggere una cipolla tagliata a dadini con 40g di burro, 50g di pancetta tagliata a dadini e due foglie di alloro; infarinare una faraona da un kg, precedentemente fiammeggiata e tagliata a pezzi, unirla nella pentola e fare dorare, quindi salare, pepare e bagnare con due bicchieri di vino bianco secco. Coprire e cuocere a fiamma media per circa un'ora con coperchio, mescolando ogni tanto il tutto. Spegnete a cottura ultimata, togliere l'alloro e la faraona; mettere il fondo di cottura su fuoco basso, unendovi 40g di funghi secchi già ammollati in acqua tiepida; pelare 100g di salsiccia dolce ed unirla al fondo, sbriciolandola; cuocere per venti minuti, poi rimettete nel sugo la faraona e cuocere piano per dieci minuti. Servire con il fondo di cottura. Ottima la presentazione con polenta.

FARAONA IN SALMÌ

Eugenio Cecchi - Cervia

In primis ci vorrebbe una di quelle faraone di una volta, talmente selvatiche e abituate al volo che mio zio, buonanima, le doveva abbattere a fucilate, con loro carne scura e leggermente coriacea, che negli esemplari adulti diventava decisamente dura e tigliosa, da richiedere quindi lunghe frollature e altrettanto lunghe cotture. Solo gli esemplari più giovani venivano destinati all'arrosto. Si faccia con quel che c'è!!!

Tagliare a pezzi la faraona e metterla a marinare per almeno 24 ore in :vino rosso giovane con aggiunta di sedano-carota-scalogno- a pezzetti-qualche grano di pepe nero- qualche bacca di ginepro - uno o due spicchi di aglio schiacciati- uno a due foglie di alloro- un rametto di rosmarino - due foglie di salvia. Una bella marinata profumata insomma. Scolare i pezzi dalla marinata, asciugare, scolare dal vino le verdure e mettere i pezzi di faraona a rosolare in un tegame, meglio se di coccio, in olio EVO , una volta rosolati aggiungere le verdure scolate e poco a poco, man mano che si asciuga, il vino della marinata e , se occorre, del brodo caldo, il fondo non deve essere troppo ristretto. A cottura coperta , ci vorrà almeno 1 ora, togliere i pezzi di faraona, far deglassare il fondo , se occorre, con un poco di vino, frullare il tutto e servirlo sopra la faraona. Se non piace il colore scuro che da il vino rosso si può sostituire con bianco secco. Con un buon contorno di funghi trifolati è sempre un bel mangiare. Servire con lo stesso vino usato per la marinata.

FARAONA ALLA ROSSINI DI CHIARA

Chiara Chiavenna - Nova Milanese

Prendere una faraona, tagliarla in quarti , salarli, infarinarli e disporli in un tegame con poco olio, e farli dorare; irrorare con brodo, unire della pancetta affumicata e del prosciutto crudo, entrambi tagliati a dadini (circa 80g ciascuno), una manciata di funghi porcini secchi (già ammollati in acqua), un cipollotto tritato (o uno scalogno), due chiodi di garofano. A cottura ultimata, unire un bicchiere di crema di latte a cui avrete amalgamato due tuorli d'uovo, e fare legare la salsa col tutto.

Altri pennuti

QUAGLIE IN UMIDO CON L'UVA (SPAGNA)

Dal mio archivio: Tiziana Minoja

8 quaglie 8 fettine di pancetta non affumicata 1 cucchiaino di strutto 70 gr di burro 150 gr di cipolline 200 gr di chicchi d'uva (moscato) 150 gr di champignons 2 carote 1 cipolla 1 bicchiere di vino bianco secco 1 bicchierino di Brandy $\frac{1}{4}$ litro di brodo 3 spicchi d'aglio noce moscata granellini di pepe farina
Avvolgere le quaglie nelle fettine di pancetta e metterle in una pirofila o teglia. Mondare le cipolline ed i funghi, tritare la carota e mettere tutto insieme alle quaglie. Innaffiare con burro fuso e far dorare in forno basso per 15 in. Intanto pestate l'aglio con le spezie e metà dell'uva spellata e privata dei semi. Salate le quaglie, spolveratele con un po' di farina, unite la miscela di aglio, spezie ed uva, bagnate con il vino e fatte sfumare, bagnate anche con Brandy e fate cuocere per mezz'ora bagnando ogni tanto con il brodo bollente. Un po' prima della fine della cottura aggiungete l'uva rimanente e aggiustate di sale.

FOLAGHE ALLA GIACOMO PUCCINI

Rosetta Bragheri - Milano

Spellate delle folaghe, eliminate ogni parte grassa e le ghiandole della coda. Gettate testa, collo, zampe e punte delle ali. Tagliatele in quarti e mettetele a marinare in acqua e aceto per almeno un'ora. In un tegame fate rosolare in olio un trito di cipolla, carota e sedano, ai quali appena appassiranno unirete i pezzi di folaga ben scolati. Fate rosolare il tutto per circa un quarto d'ora, poi bagnate con un bicchiere di vino e fate ritirare lentamente la carne. Salate, pepate, unite dell'alloro e del timo e proseguite la cottura per circa 40 minuti, bagnando con un po' di brodo caldo man mano che occorre. Tostate delle fette di pane e su di esse ponete i pezzi di folaga cosparsi della salsa di cottura.

Note: Questa ricetta è tratta dai Tacquini Storici, le folaghe le ho cucinate con questa ricetta a casa di parenti in veneto

PERNICI

Rosetta Bragheri - Milano

Spennare le pernici, pulirle, fiammeggiarle e lavarle bene. Inserire nella pancia una foglia di salvia e un pezzetto di pancetta affumicata. Preparare un battuto di lardo di Colonnata e rosolarlo in un poco di burro, aggiungere le pernici e anche le frattaglie se ci sono, con qualche altra foglia di salvia. Rosolare bene e quando prendono colore unire un bicchierino di cognac e dargli la fiammata. Appena la fiamma si spegne unire mezzo bicchiere di marsala secco, salare e pepare e coprire il tegame. Proseguire la cottura aggiungendo brodo caldo se necessario, ricordandosi di voltare le pernici. Quando sono cotte (un'ora e mezza circa) aggiungere al liquido di cottura cinque o sei capperi spezzettati e un filetto di acciuga dissalata. Continuare la cottura ancora cinque minuti per amalgamare i sapori. Questo procedimento si può usare per quaglie, fagiani, uccelletti, beccacce, adattando il tempo di cottura alle dimensioni dell'animale.

BOMBA DI RISO

Sabrina Delfanti - Piacenza

per 6/8 persone

Ingredienti: 800 gr di riso, 100 gr di grana grattugiato, 1 uovo, pane grattugiato

Condimento: due piccioni giovani, 25 gr di funghi secchi, 100 gr di burro, un trito di cipolla carota e prezzemolo, un paio di cucchiaini di passata di pomodoro, alloro, sale, pepe e noce moscata

Fate imbiondire il trito di verdure con 50 gr di burro; aggiungete i piccioni a pezzi prima disossati e lasciate insaporire aggiungendo sale pepe e noce moscata. Dopo 15 minuti aggiungete i funghi precedentemente ammollati nell'acqua calda, un paio di cucchiaini di salsa di pomodoro (è facoltativo), qualche foglia di alloro e aggiungendo l'acqua di ammollo ben filtrata dei funghi. Lasciate cuocere a fuoco bassissimo aggiungendo se occorre qualche cucchiaino di brodo. Cuocete il riso al dente, scolatelo e conditelo con l'uovo, il grana e un poco di burro. Ungete una forma liscia dai bordi alti con il burro, spolverizzate di pan grattato e rivestite con parte del riso (3/4 circa), al centro mettete il sugo di piccione e poi coprite con il restante riso. Cospargete la superficie di pane grattato e fiocchetti di burro e cuocete in forno caldo a 180° per una ventina di minuti. Prima di sformarlo lasciatelo riposare una decina di minuti.

Volendo il riso si può cuocere anche nel brodo o ancora si può aggiungere al brodo o all'acqua di cottura dello zafferano per colorire e insaporire il piatto. Siccome l'operazione di disossatura dei piccioni non è semplicissima si possono cuocere anche a pezzi e poi disossarli a cottura ultimata così risulta molto più facile. Volendo nel ripieno si possono usare al posto dei funghi delle ragaglie di pollo e salsiccia sbriciolata, animelle e tartufi.

Indice Pollo	6
COME TI DISOSSO UN POLLO.....	6
POLLO ALLA FIORENTINA.....	7
POLLO A MODO MIO.....	7
PETTI DI POLLO CON SENAPE E OLIVE.....	7
GIRELLE ALLA PAPRIKA.....	7
BOCCONCINI DI POLLO AL ROSMARINO.....	7
POLLO IN CROSTA DI SALE.....	7
POLLO CON PRUGNE ED UVETTA.....	8
STRACCETTI DI POLLO ALLO ZAFFERANO.....	8
BOCCONCINI DI POLLO AGLI AROMI.....	8
POLLO IN SALSA SABAUDA.....	9
BOCCONCINI DI POLLO TANDOORI.....	9
POLLO ALLA ELIOGABALO (DA APICIO).....	9
POLLO ALLA CREMA.....	9
COSCIOTTI ALLA MIA MANIERA.....	9
INSALATA DI POLLO.....	10
INSALATA DI POLLO.....	10
IL POLLO DI CASA:.....	10
POLLO ALLA TEDESCA.....	10
POLLO RIPIENO AL RADICCHIO.....	10
POLLO ALLE MANDORLE.....	10
POLLO IN GELATINA.....	11
POLLO ALLA BUONA di Rosy.....	11
COLLO DI POLLO RIPIENO di Rosy.....	11
GIAMBONETTI DI POLLO di Rosy.....	11
CHICKEN MASALA.....	12
POLLO FRITTO.....	12
POLLO FRITTO.....	12
POLLO FRITTO AL FORNO.....	12
PETTI DI POLLO FARCITI ALL' ACCIUGA.....	13
POLLO ALLE VERDURE.....	13
POLLO AI CARCIOFI.....	13
FAGOTTINI DI POLLO ALLO ZAFFERANO.....	13
PETTI DI POLLO CROCCANTI di Rosy.....	14
POLLO AL LIMONE.....	14
POLLO ALLA LIGURE con olive verdi e patatine.....	14
POLLO CON OLIVE E PATATE DELLA NONNA JOLE.....	15
POLLO CON I PISELLI.....	15
POLLO ALL' ANTONIETTA.....	15
CORDON BLEU.....	15
POLLO CON RUGHETTA.....	15
GIRANDOLINE DI POLLO.....	16
BOCCONCINI DI POLLO DI MARLENA.....	16
POLLO AL COCCO E RISO NERO.....	16
POLLO AL CURRY.....	16
POLLO AL GORGONZOLA.....	17
SPIEDONI DI POLLO E RISO PIPIRIPÍ.....	17
PETTI DI POLLO ALLE NOCCIOLE.....	17
POLLO RIPIENO DISOSSATO.....	18
POLLO COL PANGRATTATO.....	18
BUFFALO WINGS.....	18

FUSI DI POLLO CON PEPERONI	19
POLLO AGLI AGRUMI.....	19
POLLO ALLA GRECA DI CHIARA.....	19
POLLO AL CARDAMOMO E LIMONE.....	19
FUSI DI POLLO ALL' AGLIO	20
COTOLETTE DI POLLO AI PEPERONI.....	20
TOAST DI POLLO	20
POLLO ALLE OLIVE NERE	20
PETTI DI POLLO ALLO ZENZERO	20
POLLO ALLA CACCIATORA.....	21
ALLA SANGINETESE di Francy	21
SCALOPPE DI POLLO	21
SPINACINE	21
TEGLIA DI POLLO PROSCIUTTO E MOZZARELLA	21
MOUSSE DI POLLO.....	22
POLLO DI ANTONIETTA.....	22
POLLO AL CURRY	22
POLLO CON LIMONE, MIELE E SENAPE	22
POLLO AL LIMONE.....	22
POLLO ALLO ZENZERO.....	23
POLLO RIPIENO di Rosy	23
POLLO ALLA BIRRA.....	23
SOVRACOSCIE IMBOTTITE.....	23
CURRIED CHICKEN SALAD.....	23
STRACETTI DI POLLO CON PISELLI di Rosy	24
POLLO MEDITERRANEO.....	24
PICCATELLE AI CARCIOFI.....	24
GIRANDOLE COLORATE AL POLLO	24
POLLO MESSICANO	25
PETTO DI POLLO FARCITO.....	25
POLLO AL GREEN CURRY	25
CURRY DI POLLO INDIANO.....	26
POLLO AL CURRY CON VERDURE.....	27
POLLO AL CURRY - MURGH ZAFRANI DI CORALLO.....	27
POLLO CON I CECI.....	27
PIE DI POLLO E CHAMPIGNON	27
PETTI DI POLLO AL LIMONE.....	28
POLLO AL FORNO CON SCALOGNI	28
COXINHA.....	28
POLLO ALL' AGLIO.....	28
POLLO COL PANGRATTATO E PEPERONI	29
POLLO CON LIMONI CONSERVATI E OLIVE.....	29
FINTA SALSICCIA DI POLLO O TACCHINO.....	29
POLPETTINE DI POLLO	29
RICCI DI POLLO FRITTI.....	30
SOVRACCOSCE DI POLLO AI PEPERONI E PATATE.....	30
POLLO ALLA RUDINI'	30
POLLO ALLE MANDORLE QUASI ORIENTALE	30
POLLO ALLA FRANCESCHIELLO	31
PORTAFOGLI DI POLLO DELICATI	31
ROTOLO DI PETTO DI POLLO RIPIENO	31
PETTI DI POLLO CON SALSA PROFUMATA ALL' ARANCIA	31
POLLO GUSTOSO	32

PETTI DI POLLO ALLA PAPRIKA.....	32
POLLO TARTUFATO AL PREZZEMOLO.....	32
SOVRACOSCE SAPORITE.....	32
POLLO CON OLIVE E PINOLI.....	33
Indice Cappone.....	33
CAPPONCELLO RIPIENO GLASSATO AL FORNO.....	33
CAPPONE FARCITO CON PATATE ALLE NOCCIOLE.....	33
CAPPONE RIPIENO.....	34
Indice Galletti.....	34
GALLETTO CON I FUNGHI alla Rosy.....	34
GALLETTI AL CARTOCCIO DI ROSY.....	35
GALLETTI AL GORGONZOLA.....	35
GALLETTO AL FORNO di Rosy.....	35
GALLO IN POTACCHIO.....	35
COQ AU VIN (di Mamma Danielle).....	36
AJI DE GALLINA (STUFATO DI GALLINA).....	36
Indice Tacchino.....	36
PACCHETTI DI TACCHINO AL PATE' DI OLIVE.....	36
FESA DI TACCHINO.....	36
TACCHINO AL COGNAC.....	36
INSALATA DI TACCHINO.....	37
HAMBURGER DI TACCHINO DELLA SIGNORA LAURA.....	37
MOLE POBLANO (TACCHINO O POLLO).....	37
MOLE POBLANO DE GUAJOLOTE (Tacchino con mole poblano).....	37
TACCHINO ALLE RENETTE.....	38
POLPETTONE DI TACCHINO.....	38
PETTO DI TACCHINO FARCITO ALLA MILANESE DI CHIARA.....	38
BOCCONCINI DI TACCHINO ALLO YOGURT E CURRY.....	39
TAGLIATA DI TACCHINO O POLLO.....	39
ROTOLO FREDDO AI TRE SAPORI.....	39
CHILI DI STRACCETTI DI TACCHINO di Rosy.....	39
PATÈ DI TACCHINO ALLE MANDORLE.....	40
TACCHINO RIPIENO.....	40
TACCHINELLA RIPIENA.....	40
TACCHINELLA RIPIENA.....	41
BRESAOLA DI TACCHINO.....	41
Indice Anatra.....	41
TERRINE DE CANARD AU ROMARIN.....	41
CONFIT DE CANARD.....	42
ANATRA AL MELOGRANO.....	43
ANATRA AL FORNO di Rosy.....	43
ANATRA ARROSTO.....	43
COSCETTA D'ANATRA CON LE VERZE.....	43
REGOLE D'ORO PER CUCINARE IL PETTO D'ANATRA.....	44
PETTI D'ANATRA AI MANDARINI.....	44
PETTI D'ANATRA FARCITI.....	44
PETTO D'ANATRA CON MELOGRANO.....	44
PETTI D'ANATRA ALL'ACETO.....	45
PETTO D'ANATRA.....	45
PETTO D'ANATRA AL MIELE.....	45

RAGU' D'ANATRA	45
Indice Oca	46
OCA ARROSTO	46
OCA ARROSTO CON CAVOLO ROSSO	46
OCA ALLA NONNA MARIA di Rosy	46
CICCIOLI D'OCA DI NONNA MARIA di Rosy	46
OCA ALL'ANTICA	47
COLLO D'OCA RIPIENO CON VERZE	47
OCA BRASATA	47
OCA FARCITA ALLA NOVARESE	48
OCA AL FORNO	48
OCA ALLA PANNA E FICHI	48
Indice Fagiolo	48
FAGIANO: CONSIGLI UTILI	48
FAGIANI di fra gino	48
FAGIANO AL VINO	49
FAGIANO ALLA CACCIATORA	49
FAGIANO ALLA CREMA	49
FAGIANO ALLA PANCETTA	49
FAGIANO CON PANCETTA NOSTRANA ALL' AGLIO CADERZONE	50
FAGIANO DELLA SIGNORA NADINA	50
FAGIANO di cristina	50
FAGIANO IN CASSERUOLA	50
FAGIANO SOUVAROFF	51
FAGIANO IMPEPERONATO	51
FAGIANO ALLA BIRRA	51
FAGIANO ALLA CACCIATORA	51
FAGIANO ARROSTO	52
FAGIANO ALLA CRETA	52
FAGIANO ALLA PANNA	52
FAGIANO ALLA VIGNAIOLA	52
FAGIANO CON SALSA DI FEGATINI IN CASA MIA,	53
FAGIANO CONCIATO PER LE FESTE di Rosy	53
FAGIANO	53
FAGIANO IN BOMBA DI RISO	54
PETTO DI FAGIANO CON CASTAGNE	54
FAGIANO TARTUFATO	54
PASTICCIO DI FAGIANO	54
GALLINA SNOB	55
Indice Faraona	55
FARAONA AL COGNAC	55
FARAONA AI FUNGHI	55
FARAONA IN SALMÌ	56
FARAONA ALLA ROSSINI DI CHIARA	56
Indice Altri pennuti	56
QUAGLIE IN UMIDO CON L'UVA (SPAGNA)	56
FOLAGHE ALLA GIACOMO PUCCINI	56
PERNICI	57
BOMBA DI RISO	57