

Petto di pollo al cocco con ananas al curry



Qualche volta in cucina vengo assalita dalla voglia di mettermi all'opera e di provare qualcosa di completamente nuovo. Per lo più ne viene fuori qualcosa di gustoso, a volte invece l'esperimento si rivela un totale fallimento. Questa volta però ha funzionato tutto alla perfezione! L'obiettivo era di creare un abbinamento tra pollo, cocco e curry: un'assoluta novità per me.

Qual è l'aspetto più bello dello sperimentare ai fornelli? L'enorme soddisfazione che si prova quando una creazione audace si rivela ancora più squisita di quanto si pensasse inizialmente.

Il petto di pollo succoso in crosta di cocco e il curry con la citronella, l'ananas, lo zenzero e il coriandolo sono un accostamento interessante che promette croccantezza, freschezza, piccantezza e dolcezza, tutto in una volta.

appetito!

- 1 ananas, tagliato a pezzi grossolani
 - 2 cipolle grandi, finemente tritate
 - 2 pezzi di zenzero, finemente tritati
 - 2 lime, spremuti
 - 1 peperoncino rosso, finemente tritato
 - 500 ml di latte di cocco
 - 100 g di anacardi, frantumati in un pestello
 - 1 stecca di citronella
 - 1 cucchiaio di olio di girasole
 - 1/2 mazzetto di coriandolo, tritato grossolanamente
 - 3 cucchiaini di polvere di curry dolce
 - 3 cucchiaini di polvere di curry piccante
 - Sale per condire
-
- 4 petti di pollo
 - 100 g di cocco grattugiato
 - 2 tuorli
 - 2 cucchiaini di miele
 - 2 lime (succo)
 - Olio per friggere

Buon

1. Rosolare nell'olio di girasole le cipolle con lo zenzero, il peperoncino e la polvere di curry (dolce e piccante).
2. Dopo ca. 5 minuti sfumare con il succo di lime.
3. Aggiungere gli anacardi pestati, il latte di cocco, l'ananas e la citronella e lasciare cuocere il tutto a fuoco lento per 10-15 minuti.
4. Alla fine unire il coriandolo.

1. Mescolare bene il cocco grattugiato con i tuorli, il miele e il succo di lime.
2. Salare e pepare i petti di pollo e arrostarli nell'olio a fuoco vivo per ca. 4 minuti da entrambi i lati.
3. Distribuire il composto al cocco sui petti di pollo e passarli al forno a 180 gradi per altri 15 minuti circa (temperatura interna 75 gradi).

Durata ca. 45 minuti