

# ***Club sandwich con salsa cocktail e patatine fritte al forno***



**Un classico per eccellenza: il club sandwich nella ricetta Denner di oggi è meravigliosamente vario. È accompagnato da patatine fritte fatte in casa.**

I panini sono lo spuntino perfetto tra un pasto e l'altro quando si ha fretta e si vuole mettere rapidamente qualcosa sotto i denti. Si dice che anche il primissimo panino sia stato creato per mancanza di tempo. John Montagu, IV conte di Sandwich, era un giocatore appassionato e non voleva perdere tempo prezioso di gioco per nutrirsi. Così si lasciò semplicemente mettere del cibo tra due fette di pane – ed ecco che nacque il «panino imbottito».

La nostra versione del club sandwich è un po' in controtendenza. Poiché molti ingredienti come la coleslaw e la salsa cocktail sono fatti in casa, si dovrebbe calcolare tempo a sufficienza per la preparazione. Lo sforzo vale decisamente la pena in termini di gusto, ve lo prometto! Il contorno è una rapida variazione di patatine fritte. Le patatine a fiammifero vengono semplicemente cotte al forno con un po' d'olio e sono quindi molto più povere di calorie e di grassi rispetto ai loro parenti fritti.

## **Patatine al forno**

- 600 g di patate, farinose
- 1 goccio d'olio di girasole
- Sale, eventualmente altre spezie a scelta

## **Salsa cocktail**

- 5 cucchiaini di maionese (io ne uso una a ridotto tenore di grassi)
- 1½ cucchiaini di ketchup
- 1½ cucchiaini di cognac
- 1 cucchiaino di succo d'arancia
- 2 cucchiaini di crème fraîche
- ¼ di cucchiaino di curry
- Un po' di pepe di Caienna

## **Sandwich**

- 100 g di cavolo bianco, tagliato finemente
- 40 g di carote, finemente grattugiate

- 2 cucchiari di succo di limone
- $\frac{3}{4}$  di cucchiaino di miele
- $2\frac{3}{4}$  di cucchiaino di senape
- $2\frac{1}{2}$  cucchiari rasi di crème fraîche
- 2 cucchiari rasi di yogurt naturale
- 2 petti di pollo
- 2 uova
- 6 fette di pancarrè a scelta, leggermente tostato
- 1 avocado, a fette
- Da 2 a 4 foglie di insalata a scelta
- 4 fette di pancetta da grigliare, arrostita e disposta su carta da cucina
- Sale, pepe, paprika
- Un po' di olio o burro per friggere

### Patatine al forno

1. Sbucciare le patate, tagliarle a bastoncini di medio spessore e sciacquarle con acqua. Poi è molto importante farle asciugare bene (consiglio: avvolgere le patatine in uno strofinaccio da cucina pulito e scuoterlo).
2. Mettere le patate a fiammifero in una ciotola, aggiungere un gocciolo d'olio, mescolare con le dita; poi mettere le patatine su una teglia ricoperta di carta da forno (le patatine non devono toccarsi!) e cuocerle in forno ventilato preriscaldato a 190 gradi per 25-30 minuti.
3. Rimettere le patatine nella ciotola, mescolarle con sale e, se si desidera, con altre spezie.

### Salsa cocktail

1. Mescolare tutti gli ingredienti e condire a piacere.

### Club sandwich

1. Mescolare il cavolo bianco e le carote con il succo di limone, il miele,  $\frac{3}{4}$  di cucchiaino di senape, la crème fraîche, lo yogurt naturale, il sale e il pepe; quindi lasciar riposare per almeno 30 minuti.
2. Spennellare i petti di pollo su entrambi i lati con i rimanenti 2 cucchiaini di senape e condire con sale, pepe e paprika. Mettere quindi il pollo tra due pezzi di carta da forno e sbattere con il mattarello fino a che raggiungano uno spessore di 1-1,5 cm.
3. Friggere il pollo da entrambi i lati in un po' di olio neutro o burro per friggere, poi ridurre la temperatura e lasciare cuocere lentamente nella padella per altri 8-10 minuti fino a quando non è «ben cotto».
4. Friggere le due uova in padella e condire con sale, pepe e paprika. Alla fine, girare brevemente le uova fritte e continuare a friggere per mezzo minuto in modo che il tuorlo sia morbido solo al centro.
5. Spalmare la parte esterna delle fette di pane tostato con la salsa cocktail, farcire con tutti gli ingredienti (compresa l'insalata di cavolo bianco e carota), fissare con stuzzicadenti e, se si desidera, tagliare il toast a triangolo.

**Tempo di preparazione: circa 1 ora e 15 minuti**

### Château Janon Bordeaux AOC

Rosso granata carico con riflessi violacei. Al naso aromi di frutti di bosco neri e ciliegie. Al palato pieno e armonico con tannini rotondi e retrogusto lungo.



[Visualizzare nello Shop Vini >](#)