

Alette di pollo e riso all'orientale

Un piatto unico e leggero è quello delle alette di pollo e riso basmati, accompagnato da spezie e verdure dai profumi orientali per ampliare i sapori questi due semplici ingredienti.



3h30'



4 persone

Ingredienti

2 pz Alette di pollo
10 cl Salsa di soia
100 gr Peperoncino fresco
50 gr Miele
3 gr Cumino
2 gr Tabasco
500 gr Cipolla
500 gr Peperone rosso
400 gr Carote
200 gr Zucchine
50 gr Olio di cocco
600 gr Latte di cocco
75 gr Curry rosso
50 gr Coriandolo fresco
200 gr Riso basmati
240 ml Acqua/brodo
2 gr Sale

Procedimento

Preparare la marinatura con la salsa di soia, miele, peperoncino tagliato julienne, tabasco, cumino e condire per bene le alette di pollo. Successivamente confezionare il tutto in sacchetti per cottura sottovuoto, quindi procedere con la cottura seguendo la tabella.

FASE	TEMPERATURA	TEMPO	SONDA	UMIDITA'	VENTOLA	PRERISCALDAMENTO
1	70°	120'	/	100%	V5	ON

Una volta terminata questa fase abbattere il prodotto.
Tagliare la cipolla, carote, zucchine e peperoni rossi a bastoncino, condire con olio di cocco e un pizzico di sale e far cuocere seguendo la tabella per 25'.

FASE	TEMPERATURA	TEMPO	SONDA	UMIDITA'	VENTOLA	PRERISCALDAMENTO
1	160°	25'	/	10%	V5	ON

Nella fase successiva stemperare il curry rosso nel latte di cocco, quando le verdure hanno terminato i 25 minuti di cottura, aggiungere nella teglia il pollo con il suo succo di cottura ed il latte di cocco, amalgamare bene e rimettere in cottura per la finitura.
Terminata la cottura cospargere di coriandolo fresco tritato.

FASE	TEMPERATURA	TEMPO	SONDA	UMIDITA'	VENTOLA	PRERISCALDAMENTO
1	170°	30'	/	OFF	V5	ON

Per la preparazione del riso basmati portare il forno in temperatura quindi in una teglia KT9G aggiungere riso, acqua e sale e procedere secondo tabella.

FASE	TEMPERATURA	TEMPO	SONDA	UMIDITA'	VENTOLA	PRERISCALDAMENTO
1	100°	20'	/	100%	V5	ON

Consigli dello chef

Meglio utilizzare peperoncino e coriandolo freschi in quanto sprigionano un sapore più intenso rispetto ai corrispettivi secchi.
La pasta di curry rosso è facilmente reperibile presso negozi etnici o in internet.
Per la cottura del riso se si inserisce acqua/brodo già bollente, il tempo di cottura diminuisce.