

INSALATA DI POLLO 10

Ingredienti per 4 persone:

- una carota,
- una cipolla,
- una costola di sedano,
- sale,
- pepe in grani,
- un ciuffo di prezzemolo,
- un piccolo pollo,
- un sedano di Verona,
- una tazza di maionese,
- un cucchiaino di senape,
- 3 cucchiaini di panna (del tipo per cucinare),
- otto foglie di lattuga (o quattro se sono molto grosse).

Eventualmente:

- formaggio Emmenthal o fontina.

Ponete al fuoco una casseruola con 3 litri d'acqua, la carota raschiata e tagliata a metà, la cipolla sbucciata e divisa in 2, la costola di sedano spezzettata, una manciata di sale, qualche granello di pepe e il prezzemolo.

Portate ad ebollizione e immergetevi il pollo, ben pulito e sventrato lasciandolo cuocere per 1 ora scarsa; poi levatelo dal brodo e fatelo raffreddare.

Disossatelo, tagliando la polpa a listarelle (se il pollo fosse grosso ve ne basterà mezzo) e mettetelo in una terrina.

Sbucciate il sedano di Verona e tagliate anche questo a striscioline, unendolo al pollo.

Ora ponete la maionese in una scodella, unitevi la senape, stemperandola bene, 2 o 3 cucchiaini di panna e mescolate tutto con cura.

Versate 2 terzi di maionese sul pollo e sul sedano, incorporandola ai 2 ingredienti.

Lavate bene le foglie di lattuga, asciugatele e adagiatele in coppette di cristallo o d'argento.

Distribuite l'insalata di pollo nelle coppe e coprite la superficie con la restante maionese.

Servite ben fresco.

Volendo, potreste aggiungere anche del formaggio (Emmenthal o fontina) tagliato a bastoncini.