

POLLO CON PRUGNE

Ingredienti per 6 persone:

- 1 pollo da 1200 g
- 2 porri tagliati a pezzetti
- 50 cl di acqua
- 1 foglia di alloro
- 1 cucchiaino di foglie di timo fresco
- 1 mazzetto di prezzemolo
- 12 prugne sgocciolate
- 2 cucchiari di sale
- 1 cucchiaino di pepe nero macinato

Lavate il pollo sia all'esterno che all'interno, e asciugatelo con la carta assorbente.

Eliminate il grasso in eccesso e dividete il pollo a metà.

Mettetelo poi in una padella grande insieme ai porri, l'acqua e le erbe e portate a ebollizione.

Abbassate la fiamma e lasciate cuocere a fuoco basso senza coperchio per 90 minuti, eliminando la schiuma di tanto in tanto.

Scartate l'alloro e il prezzemolo.

Togliete le due metà del pollo dalla e lasciate intiepidire.

Sminuzzate la carne eliminando la pelle e le ossa.

Rimettete il pollo nella pentola insieme al pepe e alle prugne e fatele scaldare.