

POLLO CON RIPIENO DI MAGRO AGLI AROMI

Ingredienti per 4 persone:

- 1 pollo di 1000 g
- 1 tazza di formaggio parmigiano grattugiato
- 1 panino (mollica)
- 10 cl di latte
- 2 uova
- 150 g di ricotta
- sale
- pepe
- 1 mazzetto di prezzemolo
- 1 spicchio di aglio
- 2 rametti di rosmarino
- 2 rametti di timo
- 2 cucchiaini di maggiorana
- 20 g di pinoli
- 4 cucchiai di olio d'oliva

Tritate finemente lo spicchio d'aglio con i pinoli, un rametto di rosmarino e uno di timo e qualche foglia di prezzemolo. In una ciotola bagnate la mollica di pane con il latte, strizzatela e sminuzzatela, quindi ponetela in una terrina insieme al trito aromatico.

Unite la ricotta passata al setaccio, le uova, un cucchiaino di maggiorana, il Parmigiano grattugiato, il sale necessario e una macinata di pepe e mescolate con cura fino ad ottenere un composto omogeneo.

Pulite il pollo, fiammeggiate, lavatelo dentro e fuori sotto l'acqua corrente, infine asciugatelo tamponandolo con della carta assorbente da cucina.

Inserite il composto preparato nella cavità addominale del volatile, quindi chiudetela cucendo l'apertura con ago e filo da cucina, per evitare che il ripieno fuoriesca durante la cottura.

Mettete il pollo in una teglia unta d'olio, spennellatelo con poco olio d'oliva e cospargetelo con sale e pepe.

Tritate finemente il resto del prezzemolo, del rosmarino e del timo, mescolateli in una ciotolina alla maggiorana rimasta, quindi distribuite il miscuglio sul pollo e passatelo nel forno preriscaldato (200°) per circa 1 ora.

Al termine toglietelo dal forno e portatelo in tavola ben caldo.

Il contorno ideale per il pollo così preparato è costituito da verdure alla griglia, quali pomodori, melanzane, peperoni, eventualmente aromatizzate con le stesse erbe usate per il ripieno.