

POLLO SUPERLATIVO

Ingredienti per 4 persone:

- Un pollo di kg. 1,250 circa pronto per la cottura,
- acciuga sotto sale n° 5,
- erba cipollina,
- una cipolla,
- una carota,
- una costola di sedano,
- un limone,
- olio,
- aceto,
- chiodi di garofano,
- alloro,
- sale e pepe

Portare a ebollizione, in una pentola, 3 litri di acqua con la cipolla sbucciata e steccata con 2 chiodi di garofano, la carota mondata, il sedano, una foglia di alloro; salate e pepate.

Quindi immergete nel liquido il polo. Dal momento della ripresa del bollore, continuate la cottura per un'ora, a fuoco basso.

Dissalate le acciughe, dividetele a metà e spianatele, poi mettetele in una ciotola, copritele di aceto e fatele marinare per 10 minuti. Sgocciolatele e tritatele. Spellate il pollo, disossatelo e tagliatelo a pezzi, che disporrete su un piatto.

In una ciotola sbattete il succo del limone con mezzo bicchiere di olio, le acciughe e l'erba cipollina tritata e versate la salsa sul pollo.