

Fusi e sovracosce di pollo con cavolo nero



Descrizione

I fusi e sovracosce di pollo con cavolo nero sono un secondo piatto invernale gustoso e facile da preparare. Il pollo, dorato e cotto lentamente con brodo e vino bianco, si sposa alla perfezione con il sapore deciso del cavolo nero saltato. Puoi servire il pollo caldo con pane tostato o polenta per raccogliere il delizioso sughetto!

Informazioni

PREPARAZIONE: 15 min

DIFFICOLTÀ: 1

COTTURA: 50 min

DOSI PER: 4 persone

Ingredienti

8 **fusi e sovracosce di pollo**
500 g di **cavolo nero**
2 spicchi d'**aglio**
1 **cipolla** dorata
1 bicchiere di **vino bianco** secco

1 bicchiere di **brodo** di carne
3 cucchiari di **olio evo**
1 rametto di **rosmarino**
1 **peperoncino** (opzionale)
Sale e pepe q.b.

Preparazione

- 1) Lava e asciuga i fusi e le sovracosce di pollo.
- 2) Rosola il pollo in una padella con olio, aglio e rosmarino fino a doratura.
- 3) Sfuma con il vino bianco e lascia evaporare.
- 4) Versa il brodo di pollo nella padella, copri con un coperchio e lascia cuocere a fuoco basso per circa 30-35 minuti, girando il pollo di tanto in tanto.
- 5) Pulisci il cavolo nero eliminando la costa centrale e taglia le foglie a pezzi.
- 6) In un'altra padella, scalda olio con aglio, cipolla e, se preferisci, peperoncino.
- 7) Unisci il cavolo nero, regola di sale e pepe, e cuoci a fuoco medio per circa 10 minuti, aggiungendo un mestolo di acqua se necessario.
- 8) Quando il pollo è quasi pronto, unisci il cavolo nero nella padella del pollo.
- 9) Prosegui la cottura per altri 5-10 minuti, in modo che i sapori si amalgamino bene.
- 10) Servi il pollo su un piatto da portata con il cavolo nero come contorno e il sughetto sopra.