

---

# Spezzatino di cosce di pollo con carciofi, pomodori secchi, menta e pepe rosa

**Autore:** Massimiliano Fattorini

**Fonte:** Città Nuova

**Ecco un piatto semplice, gustoso e profumato: un saporito secondo che si prepara in meno di 30 minuti. Dal blog La piccola casa**

Questo piatto è veramente semplice e veloce da preparare, in meno di 30 minuti ci si trova con un gustoso secondo ricco di sapore e profumi. Come spesso mi accade preferisco sempre utilizzare la polpa di pollo, ovvero le cosce aperte e disossate rispetto al petto, perché oltre che più saporite non diventano asciutte e stoppose. Ho quindi aggiunto i carciofi, sono i primi che arrivano e sono ottimi, non serve prendere i più belli e gustosi, anzi...., e per arricchirne il sapore qualche fogliolina di menta fresca, che si sposa sempre benissimo con le *ardiciocche* (a Genova i carciofi si chiamano così). Per legare il tutto e dar sapidità ho aggiunto anche degli ottimi pomodori secchi, sono fantastici in molte preparazioni, quindi un po' di colore con del pepe rosa.

## **Ingredienti per due persone:**

due cosce disossate di pollo

due carciofi

una decina di pomodori secchi

menta fresca

pepe rosa

Olio extra vergine di oliva

vino bianco secco

sale

Pulire i carciofi eliminando le foglie esterne più dure e tagliandoli in modo da eliminare le spine, aprirli a metà ed eliminare la paglietta, quindi tagliarli a spicchi e metterli a bagno in acqua acidulata. Tagliare a pezzi la coscia di pollo e farleandare a fiamma alta per qualche minuto in una padella con poco olio evo in modo da rosolare per bene la carne. Abbassare quindi la fiamma, aggiungere i carciofi, un paio di cucchiaini d'olio evo e i pomodori secchi, versare un bicchiere di vino bianco secco e portare avanti la cottura per cinque minuti. Aggiungere il pepe rosa, un po' di menta tritata ed aggiustare di sale, se il fondo si è asciugato troppo aggiungere ancora un po' di vino o brodo di verdure. Terminare quindi la cottura per qualche minuto. Servire al centro dei piatti decorando con un ciuffetto di menta fresca e qualche bacca di pepe rosa.

Buon appetito a tutte e tutti con questo semplice e gustoso spezzatino veloce di pollo con carciofi e pomodori secchi.