



Pollo con Harissa, olive e ceci

Ricetta di V-ZUG SA



Preparazione 45 Min.
Tempo di cottura 1 Ore
Porzioni 4
Elettrodomestico Combair HSE dal 2015

Pollo con Harissa

800 g di sovracosce di pollo, disossate, senza pelle

2 spicchi d'aglio

150 g di olive, taggiasche, denocciolate

2 CM di pasta di Harissa

1 CM di zucchero di canna

sale

pepe

Versare tutti gli ingredienti in una ciotola. Marinare e condire il pollo.

(Pre)riscaldare la camera di cottura a 160 °C con Aria calda umida

1 barattolo di ceci, circa 400 g

2 limoni

400 g di pomodori datterini

Versare i ceci nello stampo in porcellana e aggiungere il pollo marinato.

Tagliare i limoni a metà e versarli nello stampo in porcellana. Infine versare i pomodori. Appoggiare lo stampo sulla griglia all'interno della camera di cottura preriscaldata. Cuocere.

Infornare gli alimenti

Aria calda umida 160 °C per 1 Ore

Togliere il pollo dalla camera di cottura. Togliere i limoni caramellati dallo stampo e spremerli sopra il pollo.

Gremolata di limone

50 g di prezzemolo, a foglia liscia

1 limone

2 spicchi d'aglio





Grattugiare la scorza del limone e spremere il succo per la gremolata. Pelare e schiacciare l'aglio. Staccare le foglie di prezzemolo dai gambi e tritarle finemente. Mescolare 1 CM di scorza grattugiata di limone, 1 CM di succo di limone, aglio e prezzemolo.

Servire la gremolata di limone con il pollo.

Accessori

Stampo in porcellana ½ GN, altezza 65 mm

Griglia

