



Chicken nugget impanati con patate a spicchi al forno e ketchup speziato

Ricetta di V-ZUG SA



Preparazione	40 Min.
Tempo di riposo	1 Ore
Tempo di cottura	30 Min.
Porzioni	4
Elettrodomestico	Combair-Steam SL dal 2015

Patate a spicchi

1 kg patate, piccole a pasta soda

3 CM di olio d'oliva

sale

pepe

Tagliare le patate in quarti nel senso della lunghezza e condire con olio d'oliva, sale e pepe. Disporle su una teglia rivestita con carta da forno.

Chicken nugget

4 petti di pollo, da circa 150 g ciascuno

3 uova

100 g di farina

250 g di pane grattugiato

sale

paprica

erbe provenzali

olio vegetale

Tagliare i petti di pollo in pezzi spessi circa 3 cm.

(Pre)riscaldare la camera di cottura a 230 °C con Aria calda + vapore

Preparare tre ciotole per la panatura, una con farina, una con le uova sbattute e una con il pane grattugiato.

Condire i pezzetti di pollo con sale, paprica ed erbe provenzali.

Infarinare i nugget, immergerli poi nelle uova sbattute e infine passarli nel pane grattugiato.

Disporre i nugget impanati sulla teglia rivestita con carta da forno e condire con un filo d'olio.

Appoggiare la teglia con le patate all'interno della camera di cottura preriscaldata, sull'appoggio 1. Cuocere.





Infornare l'alimento

Aria calda + vapore 230 °C per 10 Min.

Mettere la teglia con i nugget sull'appoggio 3 della camera di cottura. Proseguire la cottura.

Infornare l'alimento

Aria calda + vapore 230 °C per 20 Min.

Ketchup speziato

100 g di zucchero, bianco

100 g di zucchero, bruno

2 spicchi d'aglio

2 cipolle, di grandezza media

2 pezzi di zenzero, grandi come un pollice

1 CM di prezzemolo

1 CT di semi di finocchio

1 CT di grani di coriandolo

1 CT di chiodi di garofano, macinata

1 pizzico di curry in polvere

1 peperoncino

200 ml di vino rosso

800 g di pomodori pelati

Caramellare lo zucchero bianco e bruno in una padella. Tritare grossolanamente aglio, cipolla, zenzero e prezzemolo. Aggiungere allo zucchero tutte le spezie fino al peperoncino incluso. Mescolare bene e sfumare con il vino rosso.

Far sobbollire per circa 30 minuti, finché il composto non si addensa.

Aggiungere i pomodori pelati e far sobbollire per altri 60 minuti.

Frullare bene il ketchup con un frullatore a immersione o un robot da cucina, quindi passare in un setaccio per rimuovere i grumi.

Lasciar riposare al fresco per circa 1 ora prima di servire. Se il ketchup è troppo liquido, aggiungere un po' di amido di mais prima di frullare.

Consigli

Aggiungere un po' di rosmarino all'olio d'oliva per le patate a spicchi.

Accessori

2 teglie





Ulteriori informazioni

Creato il

11.12.2019

