

Pollo al curry



Ingredienti

- 200 grammi riso basmati
- 250 petto di pollo
- 1/2 carota
- 1/2 cipolla
- 2 cucchiaini curry
- sale
- 3 cucchiaini olio extravergine d'oliva
- 1 bicchiere latte
- 3 cucchiaini farina

Preparazione

- **Preparare il riso** come nella preparazione del riso alla cantonese, sciacquandolo in un recipiente sotto l'acqua corrente e poi passandolo in un colino (io uso un colino a trama fitta). Si deve sciacquare più volte senza lasciarlo in ammollo, finché l'acqua ne uscirà pulita (io faccio tipo 10 risciacqui).
- In una pentola mettere un filo d'olio di semi, il riso e l'acqua in eguale misura (praticamente il riso verrà appena coperto dall'acqua).
- Portare ad ebollizione, quando bolle mettere il fuoco al minimo, coprire con un coperchio e lasciare cuocere per 10 minuti. Passati i 10 minuti spegnere il fuoco e lasciare riposare per altri 10 minuti.
- Togliere il coperchio e sgranare il riso con una forchetta. Se non si utilizza subito mettere un canovaccio sopra la pentola e chiudere con il coperchio, in questo modo si manterrà perfetto fino all'utilizzo.

-
- **Preparare il pollo** tagliandolo a strisciole e metterlo in una terrina a insaporire con il curry.
 - Tagliare finemente la cipolla e la carota, in una padella mettere un filo d'olio e cuocere il soffritto per qualche minuto.
 - Aggiungere il pollo a pezzettini e rosolarlo per bene.

- Cuocere per 10 minuti, regolare di sale e aggiungere il latte, la farina e un altro po' di polvere di curry.
- Lasciare cuocere per altri 10 minuti circa, e se si asciuga troppo unire altro latte.