



La stagione dei barbecue

Cosce di pollo al chipotle con mais dolce, patate dolci arrostiti alla griglia, burro di peperoncino e lime e insalata di cipolline e cavoli

Adoro un buon barbecue. Non c'è niente di meglio quando si tratta di intrattenere gli amici, ed è l'occasione perfetta per riunire tutti. Vivere in Giamaica significa avere la fortuna di poter mangiare molte volte in cortile o in giardino, grazie al clima favorevole. Questa semplice ricetta stupirà tutti i tuoi amici, perciò non meravigliarti se non vorranno più andarsene!

Usain Bolt

Porzioni: **4**
Tempo di preparazione: **30 minuti**
Cottura: **30-45 minuti**

Ingredienti:

- 1 lime (scorza e succo)
- 4 cucchiaini di paté di chipotle
- 1 cucchiaino d'olio
- 1 cucchiaino di miele
- 4 cosce di pollo disossate e senza pelle
- cavolo bianco piccolo (metà parte centrale e a fette sottili)
- 1 carota grande (pelare, tagliare e grattugiare grossolanamente)
- 2 cipolline (tagliare e affettare a falce)
- 4 cucchiari di maionese
- 125 g di burro, ammorbidito
- 1 peperoncino rosso (affettare in due parti nel senso della lunghezza, rimuovere i semi e sminuzzare finemente)
- 4 pannocchie piccole (disporre le pannocchie a metà in posizione verticale su un tagliere, tagliare con cura in 4 lungo la parte centrale con un coltello affilato)
- 4 patate dolci medie (tagliare a metà le patate ed effettuare tagli diagonali nella parte interna, facendo attenzione a non recidere la buccia)



Cosce di pollo al chipotle con mais dolce, patate dolci arrostitite alla griglia, burro di peperoncino e lime e insalata di cipolline e cavoli



1 Accendi il barbecue e lascia che raggiunga la temperatura corretta per la cottura. Metti metà del **succo di lime** in una ciotola media, aggiungi il **paté di chipotle**, l'**olio** e il **miele** e mescola. Appoggia ciascuna **coscia di pollo** in piano tra due fogli di carta da forno, posiziona su un tagliere e batti con un matterello o col fondo di una casseruola fino a quando la carne non avrà uno spessore uniforme (circa 1-2 cm). Aggiungi le cosce di pollo alla marinatura, condisci e mescola per ricoprirle uniformemente. Copri e metti in frigorifero per la marinatura fino al momento di cucinare. Lavati le mani dopo aver maneggiato il pesce crudo.



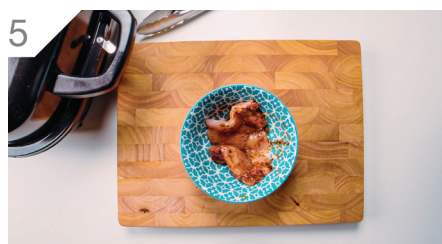
2 Prepara l'insalata di cipolline e cavoli. Metti il **cavolo**, la **carota** e la **cipollina** in una ciotola grande, aggiungi la **maionese** e mescola. Aggiungi il **succo di lime** rimanente, condisci bene e mescola tutto insieme per dare alle verdure un leggero strato di condimento. Tieni al fresco fino al momento di servire.



3 Prepara il burro di peperoncino e lime. Metti il **burro** in una ciotola media e aggiungi metà del **peperoncino** (aggiungine di meno se non ti piace troppo il sapore piccante) e la **scorza di lime**. Condisci bene e mescola. Stendi un po' di burro su ogni **pannocchia**. Trasferisci il resto in una piccola ciotola da portata o in un pirottino.



4 Strofini ogni **patata** con un po' di **olio** e condisci, quindi avvolgi in un doppio strato di carta stagnola. Non appena il carbone si fa incandescente, colloca le patate direttamente sul carbone. Se si utilizza un barbecue a gas, posizionale direttamente sulla griglia. Cucina per 15 minuti, gira con le pinze, quindi cuoci per altri 15 minuti. Prendi una patata, toglila la carta stagnola e controlla che sia cotta. Tieni le patate avvolte fino al momento di servire.



5 Quando il barbecue è abbastanza caldo, cuoci il **pollo**. Rimuovi il pollo dalla marinatura (smaltisci l'eventuale eccesso) e appoggia le cosce in piano sulla griglia del barbecue. Cuoci rapidamente entrambi i lati per 1 minuto ciascuno, quindi continua a cuocere per 12-15 minuti, girando di tanto in tanto, finché il pollo non sarà completamente cotto senza tracce di rosa. Rimuovi il pollo dal fuoco, trasferiscilo su un piatto pulito, copri con carta stagnola e lascia riposare fino al momento di servirlo.



6 Aggiungi le **pannocchie** sulla griglia del barbecue e cuoci per 10-12 minuti, girando di tanto in tanto fino a quando non saranno tenere e leggermente bruciacchiate. Quando tutto è pronto, rimuovi la carta stagnola dalle patate dolci cotte alla griglia e servi insieme al pollo con le pannocchie e l'insalata. Cospargi con il peperoncino rimanente. Servi il burro di peperoncino e lime separatamente, sciogliendolo sulle patate e sul mais dolce. Goditi il sole e la buona compagnia!

I consigli dello Chef Usain

Tutto può essere preparato in anticipo il giorno prima del barbecue: marina il pollo in frigorifero durante la notte per un sapore più intenso e tieni l'insalata in frigorifero fino al momento di servire.

In alternativa, cuoci le patate dolci nel forno. Preriscalda il forno a 220 °C / 200 °C in modalità ventilata / termostato 7. Colloca le patate su una teglia da forno, tagliale lateralmente (non è necessario avvolgerle in carta stagnola) e cuoci sulla griglia centrale del forno per 30-40 minuti fino a quando non saranno tenere. Se il tempo non è dei migliori, cuoci il pollo e il mais dolce in una padella sul piano cottura e porta i sapori del barbecue al chiuso.

Goditi il barbecue e l'aria aperta in tutta sicurezza.

Assicurati che tutto il pollo sia ben cotto, fino a quando non si vedranno più parti rosee. Un termometro per carne è davvero utile, poiché usandolo potrai assicurarti che la parte più spessa del pollo raggiunga i 76 °C per 30 secondi.

Non utilizzare la marinatura per il pollo crudo come salsa.

Conserva tutti gli alimenti deperibili in frigorifero e non lasciarli fuori per più di 2 ore. Tieni tutto al fresco il più possibile!

EPSON®