

POLLO IN UMIDO ALLA FIORENTINA, AUTENTICO GUSTO TOSCANO



Oltre che al Pollo Fritto, la tradizione culinaria toscana tramanda, da generazioni anche il Pollo in Umido alla Fiorentina, un piatto sicuramente molto più leggero e meno calorico. Si tratta di una ricetta semplice, ma al tempo stesso ricca di gusto.

Pollo in umido alla fiorentina

Come la **cucina tipica toscana** vuole, anche questa pietanza è composta da ingredienti semplici e facilmente reperibili, che ricordano i sapori di un tempo. Il **Pollo in umido alla Fiorentina** veniva preparato in antichità sulla stufa a legna. Al giorno d'oggi si sono un po' perse le passioni di un tempo e soprattutto le **cotture lunghe**, come quelle notturne, anche perché non si usano più le vecchie "cucine economiche a legna".

Questa ricetta in **Toscana** è conosciuta anche con il nome di **Pollo alla Cacciatora**, ma si distingue da quest'ultima perché manca l'aggiunta di un bicchiere di **vino rosso**. Le origini della pietanza sono comunque contadine e risalgono ai giorni di festa quando la massaia doveva cucinare un piatto special con gli **ingredienti dell'orto** e...del pollaio!



Io preparo spesso il **Pollo in umido alla fiorentina** perché è in grado di accontentare tutta la famiglia ed è perfetto, sia a pranzo che a cena come secondo piatto. E' una ricetta un po' più autunnale, ma in questa stagione può essere anche adatta per una merenda-cena all'aperto come piatto unico.

Di seguito riportiamo gli **ingredienti per 6 persone**. Vi ricordo che gli ingredienti vanno scelti con attenzione poiché, se di qualità scadente, possono compromettere la riuscita del piatto che fonda la sua riuscita proprio sulle **materie prime** (le verdure, se abitate a Firenze, vi consiglio di ordinarle all'**Orto del Palmi**, che consegna a domicilio frutta e verdura biologica)

Ricetta del Pollo in Umido alla Fiorentina

Ingredienti

- un **pollo intero**, meglio se novello, (per praticità, potete anche farlo tagliare già al macellaio)
- 300 grammi di **pelati** o passata di pomodoro
- **sedano**

Tuscanypeople

- **carota**
- **cipolla**
- **salvia**, rosmarino, alloro
- **sale** quanto basta

Preparazione

Per velocizzare il tutto, acquistate un **pollo già spennato**. La prima cosa da fare (se non l'avete già fatto tagliare al macellaio) è quella di tagliare il pollo a pezzi. Successivamente lavate i pezzi di pollo e fateli asciugare. Ponete il pollo in una **casseruola** e fatelo rosolare unitamente ad un po' d'olio, sale e pepe. In un altro tegame fate soffriggere il battuto di **cipolla, sedano, carota con una foglia di alloro** e un trito fino di **rosmarino e salvia**. Poi aggiungete il pollo e il **passato di pomodoro**. Durante la cottura (circa un'ora) potete poi aggiungere dell'acqua oppure del brodo.



I **tempi di cottura** dipendono molto anche dalla tipologia di pentola utilizzata. Infatti, con un **tegame in terracotta** la cottura è più lunga, ma i sapori delle pietanze risultano essere più intensi e gustosi. Qualunque sia il tipo di casseruola adoperata, ci accorgeremo che il piatto è pronto perché la pelle inizia a dorarsi.

Tuscanypeople

Il piatto va servito ben caldo e attenzione all'impattamento...deve avere un tono rustico e campagnolo! Per decorare questo piatto della [cucina tipica fiorentina](#) potete aggiungere qualche **oliva nera** negli ultimi minuti di cottura. Accompagnate il **Pollo in umido alla fiorentina** con un contorno di **spinaci saltati** con aglio e olio e del buon vino rosso **Chianti Classico**. I vostri commensali non potranno che essere soddisfatti...e voi, che ne pensate di questa ricetta?

TuscanyPeople cerca **belle storie da raccontare**. **Qualunque cosa tu sia**, Agricoltore, Artigiano, Artista, Chef, Imprenditore, Viticoltore, **narraci la tua**. Siamo curiosi.

[Clicca qui](#)



Riproduzione Riservata © Copyright TuscanyPeople