



Cous cous pollo e verdure

700/800 gr pollo
1/2 kg cous cous Spadoni *Il Cammello che ride*
300 g fagiolini
7/8 asparagi
piselli e/o fave e/o ceci
10 pomodori ciliegini
4 cipolle da pinzimonio
2 carote
2 grosse zucchine
1 peperone
1 bustina di zafferano
brodo qb
olio Sasso

Procedimento

Tritare grossolanamente la cipolla, compreso una parte del gambo verde e fare appassire leggermente in olio.

Tagliare a cubetti il petto di pollo e aggiungerlo alla cipolla, salare e lasciare cuocere. Prima che il sugo si restringa aggiungere due carote tagliate a cubetti e dopo 5 minuti il peperone a listarelle e zucchine a cubetti.

Lasciare cuocere il tutto poi aggiungere i pomodorini sminuzzati e cuocere per almeno un'ora aggiungendo brodo, fave sgranate e/o piselli e/o ceci, aggiungere una bustina di zafferano, sale e necessario, una spolverata di aglio e peperoncino, lasciando cuocere ancora 15/20 min.

A parte lessare separatamente i fagiolini e asparagi già tagliati prima di cuocerli.

Preparare cous cous come da istruzioni su confezione.

Mettere il cous cous in una ciotola abbastanza larga e capiente aggiungere pollo e verdure ancora caldi mescolando con olio.

Il piatto va servito tiepido

Ricetta di Daniela Visani

Mangiato durante il pensionamento di Carla Bandini