

# Cosce di pollo con verza

4 cosce di pollo  
400 grammi di verza  
1 cucchiaio di olio d'oliva  
semi di finocchio o spezie a scelta  
1 decilitro di vino bianco secco  
sale



**FACILEeBUONO**

Un piatto buonissimo



Mondiamo la verza togliendo la costola bianca. Tagliamola a listarelle e facciamola bollire in acqua per alcuni minuti, scoliamola e teniamola da parte.

Togliamo una parte di pelle dalle cosce di pollo e rigiriamole nel sale e nelle spezie. Rosoliamole nell'olio da ambo le parti per circa 10 minuti. Sfumiamo con il vino bianco e aggiungiamo la verza. Proseguiamo la cottura coperto per 15 - 20 minuti a fuoco dolce.

*Prova questo squisito pollo con la verza cotto in padella, gustoso e particolare piatto autunnale.*

## Cosa vuol dire sfumare, come e quando si fa

- Si usa la parola "sfumare" quando si aggiunge dell'alcol, come vino o birra, all'inizio o a fine cottura lasciando evaporare l'alcol quasi totalmente.
- Nei risotti si aggiunge l'alcol dopo avere tostato il riso, lo si lascia sfumare e si prosegue la cottura aggiungendo del brodo.
- Nella carne a lunga cottura il procedimento è lo stesso, ma il trucco è quello di versare l'alcol ai bordi della pentola e non al centro, poiché è lì che si raccoglie la parte più grassa del soffritto. Così sfumando si bruciano i grassi con più efficacia.