

Pollo a la provenzal



Ingredientes:

- 2 kg de pollo troceado
- sal y pimienta
- 1 diente de ajo picado fino
- 3 cucharadas de aceite de oliva
- 1 cebolla picada fina
- 225 g de champiñones por la mitad
- 1 cucharada de harina
- 125 ml de caldo de pollo
- 175 g de vino blanco seco
- 6 filetes de anchoa de lata, escurridos
- 3 tomates pelados, sin semillas y picados
- 2 cucharaditas de orégano picado
- 6 aceitunas negras deshuesadas

Preparación:

Frote los trozos de pollo con sal, pimienta y ajo. Caliente el aceite en una cazuela refractaria y fría el pollo a temperatura media, Dándole la vuelta de vez en cuando, de 8 a 10 minutos, o hasta que esté dorado. Añada la cebolla, tape la cazuela y prosiga con la cocción a fuego lento, removiendo de vez en cuando, de 20 25 minutos o hasta que el pollo esté tierno y bien cocido.

Pase el pollo a una bandeja grande, cúbralo y resérvelo caliente. Ponga los champiñones en la cazuela y cuézalos a fuego medio, sin dejar de remover, 3 minutos. Añada la harina y remueva durante 1 minuto; a continuación agregue el caldo y el vino.

Pollo a la provenzal

Llévelo a ebullición y déjelo cocer, removiendo, 10 minutos o hasta que se haya espesado.

Pique toscamente 4 de las anchoas y añádalas a la cazuela con el tomate, el orégano y las aceitunas, y déjelo cocer a fuego suave 5 minutos. Mientras tanto, corte el resto de anchoas por la mitad a lo largo. Pase la salsa y el pollo a platos individuales, adórnelo con las mitades de filete de anchoa y sívalo enseguida.