

Petto di pollo al rosmarino con salsa vegetale al merken piccante

Sono tempi duri! Mai avremmo immaginato l'arrivo di questa pandemia a livello mondiale. Ha sconvolto i nostri equilibri,

le nostre abitudini e per chi come me e mio marito lavora nella sanità, le ore di lavoro sono aumentate. Torni a casa stanco, con mille pensieri che frullano nella testa, pochi dei quali riescono ad essere positivi, perché a volte la corazza cinica che ti sei costruita negli anni, non basta, perché quello che sta succedendo è troppo grande e non sai quando e come passerà. Nulla dopo questo sarà come prima. Cambierà la consapevolezza della gente, cambierà il nostro modo di lavorare e saremo tanto vulnerabili, quanto impauriti. Mai come ora cerco di rifugiarmi nella nostra vita quotidiana, nelle abitudini di casa, nella mia cucina che riesce sempre a rilassarmi anche nei momenti più duri. Tanti ma forse ancora troppo pochi "restano a casa", annoiati in un modo così assurdo che proprio non riesco a comprendere. Io e mio marito invece sembriamo iperattivi e quando torniamo a casa dal lavoro demoliti e tesi, cerchiamo di sfruttare al massimo quel tempo libero. Ci concediamo appena il tempo di un caffè, per poi cambiarci e correre fuori a vangare l'orto, a potare le ultime piante, addirittura a fare nuovi progetti per l'estate, fino a quando cala il sole, così rientriamo, facciamo una doccia e mi metto ai fornelli, cercando di sperimentare piatti nuovi e genuini. Ho trovato una ricetta degli spatzle e ridendo dico che l'ho quasi consumata perché l'ho declinata in tante diverse versioni, nel giro di pochi giorni. Alla fine ti accorgi che cerchi solo di non fermarti, per non pensare o semplicemente permettere alla paura di assalirti.

Mi ripeto che passerà e assaporeremo di nuovo la libertà, poi

ne parleremo per anni, possiamo solo fare la nostra parte, nel migliore dei modi e aspettare.

Questa ricetta nasce dagli ingredienti che ho in casa, dando fondo alle scorte in dispensa per evitare le code dei supermercati. È rapida e gustosa con quel brio della piccantezza che non guasta mai se moderata.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE:

- 2 petti di pollo
- 200 ml di panna vegetale di soia
- 4 cucchiaini di senape classica
- 1/2 cucchiaino di merken
- olio extravergine di oliva
- 1 spicchio di aglio
- 1 rametto di rosmarino
- sale fino q.b.

PROCEDIMENTO:



Tagliare a fettine di circa 1 cm di spessore i petti di pollo, dopo averli lavati e asciugati con carta assorbente da cucina. Cuocere a fiamma viva girandoli spesso in una padella in cui avremmo messo un filo di olio d'oliva, il rosmarino fresco e lo spicchio di aglio.



A metà cottura aggiungere un pizzico di sale.



A parte preparare la salsa vegetale amalgamando in una ciotola la panna di soia con la senape classica e la polvere di Merken



Potete servire il pollo ben caldo con un cucchiaino di salsa piccante direttamente sopra a condimento o con una ciotolina a parte affinché ogni commensale possa gestire la piccantezza del piatto a proprio piacere.



Io ho scelto di accompagnare questo piatto con patatine al forno che si abbinano altrettanto bene con la salsa piccante.