

Cosce di quaglia fritte con salsa agrodolce alle Prugne della California e crema di patate al limone

Porzioni: 4 persone

Ingredienti: 8 cosce di quaglia
Un uovo
Pangrattato q.b.
Olio per friggere

Per la salsa;
15 Prugne della California
Una cipolla
2 cucchiai d'aceto
4 cucchiai di olio extravergine d'oliva
Sale q.b.

Per le patate:
500 g di patate
Scorza di limone grattugiata
50 g di burro
Latte o acqua q.b.
Sale q.b.



Preparazione: Per la salsa alle Prugne della California:

Tritare la cipolla e farla rosolare in un pentolino con l'olio. Sfumare con l'aceto e aggiungere le Prugne della California. Coprire di acqua, salare e far cuocere a fuoco dolce fino a quando le prugne si saranno disfatte. Ci vorranno circa 45 minuti. A questo punto frullare il tutto. Se necessario aggiungere altra acqua per regolare la consistenza.

Per le patate:

Lessare le patate e poi schiacciarle fino a ridurle in purea. Versarle in una pentola e aggiungere il burro, la scorza di limone grattugiata e il sale. Amalgamare il tutto e aggiungere acqua o latte caldi a filo fino a ottenere una consistenza cremosa.

Per le cosce di quaglia:

Innanzitutto, se non sono state precedentemente separate dal macellaio, procedere disossando le quaglie per prelevare le cosce.

Con l'aiuto di un coltello eliminare prima la punta della zampa: piegando si potrà notare dove termina l'osso e riuscendo facilmente a separare la parte finale.

A questo punto, con uno spilucchino, spingere la carne dalla parte finale della zampa verso la parte più polposa della coscia. È una operazione estremamente semplice ed è più complesso da spiegare che a farsi.

Una volta ottenuti i lollipop di quaglia passarli nell'uovo sbattuto, aggiungendo il sale e poi il pangrattato. Ripetere l'operazione per 2 volte.

Scaldare un pentolino con abbondante olio e, quando sarà ben caldo, friggere le quaglie fino a doratura avendo cura di non alzare troppo la fiamma altrimenti la carne rimarrà cruda. Per una corretta cottura serviranno circa 2 minuti.

Servire le quaglie disponendo la crema di patate sul fondo. Aggiungere 2 cosce di quaglia per persona e completate con la salsa agrodolce alle Prugne della California.