FICHA IV • MAYO 2020

POLLO A LA NUMIDIA

PRIMA MENSA

MUSEO UNIVERSITARIO A DOMUS DO MITREO

INGREDIENTES

- 500 gr de pechuga de pollo
- 1 Puerro
- 1 puñado de dátiles y piñones
- VINAGRETA: Mezclar 6 cucharadas de aceite, 2 cucharadas de salsa de soja, 1 cucharada de vinagre y 1 cucharada de miel.

NIVEL DE DIFICULTAD

Fácil

TIEMPO DE ELABORACIÓN

- Preparación: 10 minutos
- Elaboración: 20 minutos

CONSEJOS

Si prefieres, puedes usar pechuga de pavo y añadir pistachos y orejones en vez de piñones.

PREPARACIÓN

1. Corta la pechuga de pollo en dados y sofríela con el puerro picado. Salpimentar.
2. Prepara una vinagreta mezclando aceite, vinagre, salsa de soja y miel.
3. Dispón el pollo en una fuente. Añade los piñones y los dátiles.
4. Vierte la vinagreta por encima y mezcla bien.
5. Deja reposar antes de servir.

¡QUÉ CURIOSO!

En la dieta romana diaria, el consumo de carne era limitado. La carne más consumida era la de cerdo, seguida de la de lirones y aves de caza o de corral.

Nuestra receta es una modernización de un plato de Apicio. Su nombre evoca la antigua Numidia, que comprendía las actuales Túnez y Argel, en el norte de África. De hecho, esta zona formaba parte del imperio romano y de allí venían algunas aves exóticas que se ofrecían en ricos banquetes. Nuestro plato recuerda a recetas navideñas de la Italia actual, en las que todavía hoy se usa la gallina de Guinea, es decir la *Numida meleagris* latina.

Además de gallinas, África aportaba otras exquisiteces para la cocina, como los flamencos, los loros y las avestruces. Estos se cocinaban en extravagantes recetas para sorprender a los invitados de la alta sociedad romana y el propio Apicio nos explica como servir, por ejemplo, deliciosas lenguas de flamenco.

TU RECETA

Es hora de convertirse en Arqueochefs creativos. Inspiraos en la receta original para inventar una nueva: ¿qué ingredientes añadiríais? ¿cuáles eliminaríais? ¡cread vuestra receta!

MUSEO UNIVERSITARIO A DOMUS DO MITREO

NOMBRE DEL PLATO ORIGINAL:

NOMBRE DE TU RECETA:

INGREDIENTES

TIEMPO DE PREPARACIÓN Y DIFICULTAD

PREPARACIÓN