



INGREDIENTS *4 persones*

- 500 g de iuca
- 1 paquet de pa ratllat sense gluten
- 2 cebes
- 1 gra d'all
- 4 cullerades d'oli d'oliva
- 400 g de pit de pollastre
- Herbes aromàtiques (julivert, orenga, anet, romaní, llorer, farigola)
- Sal
- Oli d'oliva per fregir

OBSERVACIONS

Podem acompanyar-les amb una salsa de tomàquet picant o una maionesa sense ou i sense llet.

ELABORACIÓ

1. Peleu la iuca i tal·leu-la a trossos petits.
2. En un cassó amb abundant aigua, bulliu la iuca fins que estigui tova (30-40 minuts, aproximadament).
3. Un cop cuita, escorreu-la i aixafeu-la amb una forquilla fins a formar un puré o massa homogènia.
4. Estireu la massa en una safata, ho tapeu i ho deixeu refredar a la nevera durant 30 minuts.
5. Tal·leu a trossos el pit de pollastre i poseu-lo a bullir amb aigua i les herbes aromàtiques durant 30 minuts aproximadament. Un cop cuit, escorreu-lo i reserveu el brou resultant.
6. Desfileu amb les mans el pollastre.
7. En una paella amb oli d'oliva, ofegueu la ceba i l'all ben trinxat. Afegiu el pollastre i una mica de brou per tal de que quedi un guisat lleugerament sucós. Coeu-ho lentament uns minuts. Rectifiqueu-ho de sal i reserveu.
8. Traieu la massa de iuca de la nevera.
9. Poseu-vos una cullerada de massa al palmell de la mà i poseu una mica de farcit de pollastre al mig.
10. Premeu-ho tot plegat mirant d'embolicar el farcit amb la massa de iuca. Doneu-li forma cònica.
11. Empaneu les coxinhes amb pa ratllat sense gluten i fregiu-les en un cassó amb abundant oli.
12. Traieu-les un cop daurades, poseu-les al damunt de paper absorbent i serviu.

NOTES:

