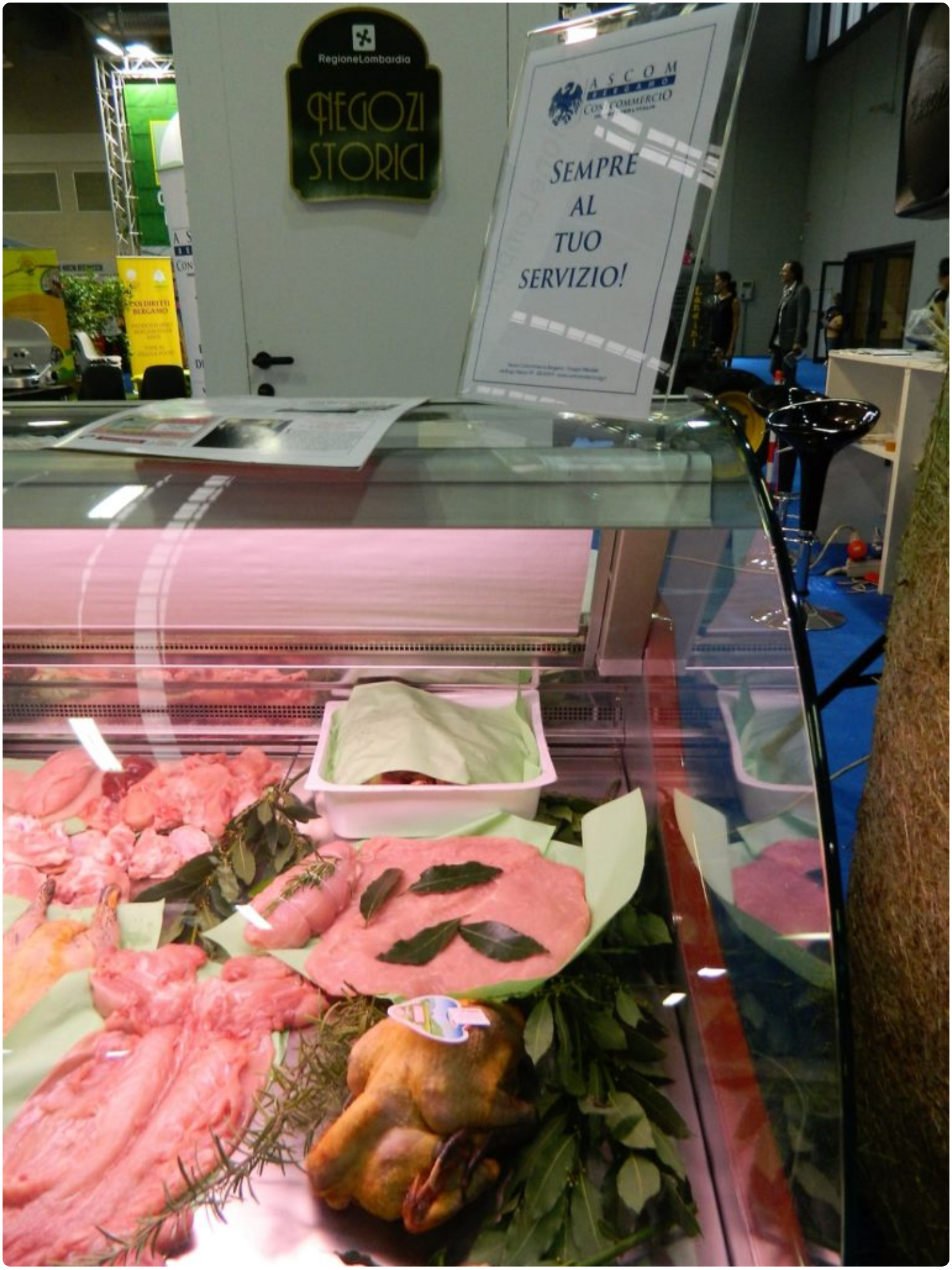
la Rassegna.it
Fondata nel 1906

5 Settembre 2016

Cucinare la carne, quattro ricette semplici ma di gusto

Le proposte dei macellai dell'Ascom di Bergamo per non sbagliare



La Rassegna

https://www.larassegna.it/cucinare-la-carne-quattro-ricette-semplici-ma-di-gusto/

Utilizzando il giusto taglio e rispettando i tempi di cottura, i piatti di carne saranno un successo. Parola dei macellai dell'Ascom di Bergamo, che nel corso della Fiera di Sant'Alessandro, all'interno dello stand della Regione Lombardia, hanno dato dimostrazione del loro mestiere nel sezionare e disossare i prodotti e offerto consigli per utilizzare al meglio ogni parte. Li ha affiancati lo chef Darwin Foglieni del ristorante Ol Giopì e la Margì di Bergamo, che ha anche proposto quattro ricette semplici ma di gran gusto.

Fettine di coppa di maiale alle erbe

Ingredienti per 4 persone

- 4 fette di coppa di maiale
- alloro, rosmarino
- 1 spicchio d'aglio
- limone/aceto balsamico
- olio evo
- sale, pepe

In una ciotola preparare la marinata con aglio tagliato a pezzi, il battuto d'erbe, l'aceto balsamico, l'olio e il sale. Mettere le fettine di coppa a marinare per 30 minuti.
Scaldare una pentola antiaderente, togliere l'aglio e scottare a fuoco vivace le fettine di carne da entrambi i lati.
Proseguire la cottura per pochi minuti, togliere dalla pentola e accompagnare le fettine di coppa con insalatina o patate arrosto.

Spezzatino porri e peperoni

Ingredienti per 4 persone

- 600 g spezzatino polpa di spalla
- 2 lt brodo
- 1 porro
- 1 peperone
- olio evo
- burro
- sale, pepe
- vino bianco
- maggiorna

Tagliare la carne a pezzi di 2 cm circa e saltarla in padella antiaderente con poco olio.
Rosolare in un’altra pentola con poco burro i porri a fuoco dolce fino a farli appassire.
Sistemare la carne nella pentola con i porri, aggiungere il brodo e il trito di maggiorana e proseguire la cottura a fuoco dolce per 40/60 min.
Tagliare i peperoni a listarelle, saltarli in padella con poco olio e aggiungerli gli ultimi 5 minuti di cottura allo spezzatino.

Coniglio farcito con funghi e salsiccia

Ingredienti per 4 persone

- 1 coniglio medio
- funghi freschi o secchi
- salsiccia
- 8 fette di pancetta fresca tesa
- rosmarino
- scalogno
- olio evo
- burro
- vino bianco
- sale, pepe

Disossare il coniglio e allargalo bene su un tagliere.
Mettere a bagno i funghi secchi per 10 minuti. Poi strizzarli e tagliarli grossolanamente, metterli in una padella antiaderente con la salsiccia sbriciolata e lo scalogno tritato con poco burro e lasciare insaporire.
Riempire il coniglio con questa farcia.
Rivestire di pancetta il rotolo di coniglio e legare con lo spago da cucina.

Rosolare bene, in una pentola bassa, il rotolo di coniglio con poco olio e burro. Bagnare con un bicchiere di vino di bianco e far evaporare. Proseguire la cottura per un’ora circa in pentola con coperchio o in forno.
A cottura ultimata avvolgere il coniglio in carta stagnola e tenerlo in caldo.
Tagliare il coniglio a medaglioni, nappare con il sugo di cottura e accompagnare con polenta morbida.

Stufato di manzo

Ingredienti per 4 persone

- 1,5 kg di cappello del prete o scamone
- 300 g verdure per soffritto
- 1 lt vino rosso
- olio evo
- salvia
- rosmarino
- alloro
- 200 g pomodoro salsa
- sale, pepe
- noce moscata

Mettere l’olio in pentola e rosolare il pezzo di carne rigirandolo spesso. Aggiungere le verdure e gli aromi. Unire il vino e la salsa di pomodoro. Fare cuocere per 2 ore circa a fuoco basso.
A cottura ultimata togliere la carne dal fuoco e lasciare intiepidire.
Tagliare la carne a fette sottili e condire con la salsa di verdure.