



CARNE

Arista pecorino e pinoli



1 ARISTA DA 6 PORZIONI



DIFFICOLTÀ



COSTO

TEMPO DI PREPARAZIONE
20 MINTEMPO DI COTTURA
45 MINCALORIE
630K

NOTE

INGREDIENTI

1 Kg di Arista di maiale in un pezzo unico

250 g di Pecorino

70 g di Pinoli

20 cl di Vino bianco

200 ml di Acqua

6 cucchiaini di Olio extravergine di oliva

Sale

Pepe

Preparazione

- Sistemate su un tagliere la carne e con un coltello affilato praticate delle incisioni come per ottenere delle fette alte circa 1-1,5 cm senza arrivare in fondo, così che restino attaccate tra loro in basso. Salate e pepate, massaggiando con le mani.
- Inserite tra ogni fetta di carne una fetta di pecorino.
- Quando avrete finito, compattate bene con la mani premendo da ambo i lati e legate l'arista con dello spago da cucina per evitare che si apra durante la cottura.

- Adagiate la carne in una teglia larga leggermente oliata, distribuitevi sopra i pinoli, soprattutto sul formaggio, irrorate con il vino miscelato all'acqua e con l'olio.
- Trasferite la teglia in forno già caldo a 180°C (funzione statica) per circa 45 minuti. Ogni tanto aprite il forno e bagnate l'arista con il suo intingolo.
- Quando la carne sarà cotta, adagiatela su un vassoio, eliminate lo spago e lasciatela intiepidire per 20 minuti coperta con un foglio di alluminio alimentare e servitela.

Cristina Checcacci

I consigli di Cristina

- Se lo gradite, potete aggiungere al piatto chicchi di pepe rosa e uvetta.
- Controllate la cottura bucando la carne con uno stecchino: se ne esce ancora liquido rosso, la carne non è cotta, eventualmente proseguite per ancora 10 minuti.