



Cordon bleu di maiale con prosciutto e formaggio

11 Febbraio 2020



4 PORZIONI



DIFFICOLTÀ



COSTO

TEMPO DI PREPARAZIONE
15 MINTEMPO DI COTTURA
10 MINCALORIE
650K

NOTE

INGREDIENTI

800 g di Braciole di maiale

60 g di Prosciutto cotto

80 g di Emmental

1 Uovo

40 g di Farina 0

60 g di Pangrattato

1 Limone bio

Timo fresco

4 cucchiaini di Olio extravergine di oliva

Sale

Preparazione

- Con un coltello ben affilato incidete le fette di maiale in modo da creare delle tasche.
- Farcite ogni fetta con un po' di prosciutto cotto e un po' di formaggio, tagliato a fettine sottili; unite anche qualche fogliolina di timo fresco. Richiudete bene le fettine in modo da far combaciare i bordi del taglio (eventualmente usate uno stecchino).

- Passate le fette di maiale prima nella farina, poi nelle uova sbattute, infine nel pangrattato.
- Adagiate le fette di carne in un'ampia padella antiaderente dove avrete scaldato un fondo d'olio. Fatele cuocere a fiamma media per circa 10 minuti girandole ogni tanto, in modo che diventino dorate fuori e morbide internamente. Durante la cottura unite poca acqua, se necessario.
- Spruzzate qualche goccia di limone sulla carne e aggiustate di sale; mandate ancora per 1-2 minuti e servite il piatto ben caldo.

Margherita Pini

I consigli di Margherita

- Per questa ricetta procuratevi delle bracioline di maiale che abbiano uno spessore di almeno 1 cm e mezzo, altrimenti non riuscirete a tagliarle. Potete usare anche delle bistecchine: togliete l'osso (che potrete usare per insaporire un sugo di carne) e procedete come suggerito nella ricetta.
- Farcire le tasche della carne anche con qualche verdura cotta, per esempio un paio di carote già lessate, frullate e salate, oppure dei pomodorini tagliati a fette sottili: daranno un tocco di freschezza a questi cordon bleu.