



CARNE

Spezzatino di cinghiale



4 PORZIONI



DIFFICOLTÀ



COSTO



TEMPO DI PREPARAZIONE

20 MIN



TEMPO DI COTTURA

3 H



CALORIE

580K

NOTE

12 ORE DI MARINATURA

INGREDIENTI

800 g di Polpa di cinghiale

600 g di Passata di pomodoro

1 Cipolla

1 gambo di Sedano

1 Carota

2 foglie di Salvia fresca

2 rametti di Rosmarino fresco

4 cucchiaini di Olio extravergine di oliva

Sale

Pepe

PER LA MARINATA

60 cl di Vino rosso

1 Cipolla

1 gambo di Sedano

2 spicchi di Aglio

1 foglia di Alloro

2 Chiodi di garofano

4 Bacche di ginepro

1 Limone bio

Preparazione

- Per cucinare il cinghiale è necessario marinarlo, così perderà il sapore forte di selvatico. Tagliate il limone a metà e ponetelo in un contenitore a pareti abbastanza alte, insieme a tutti gli ingredienti per la marinata, mondati e lavati.
- Immergete la carne nella marinata, ricoprite tutto con il vino e la stessa quantità di acqua; chiudete il contenitore con la pellicola alimentare, mettetelo in frigo e lasciatelo marinare per circa 12 ore.
- Trascorso il tempo indicato, togliete la carne dalla marinata (conservate il liquido senza gli odori), asciugatela con carta da cucina e tagliatela a pezzi.
- Ponete la carne in un tegame, possibilmente di coccio, e fatela rosolare qualche minuto senza condimento, a fuoco vivo, eliminando l'acqua che rilascerà, poi spegnete.
- Mondate e lavate la cipolla, il sedano e la carota, tritateli in modo grossolano e uniteli alla carne.
- Versate l'olio, rimettete su fuoco vivace e fate rosolare la carne uniformemente per 3-4 minuti; salate, pepate e quindi unite metà dose della marinata filtrata. Quando il vino della marinata sarà completamente sfumato, aggiungete la passata di pomodoro, il rosmarino e la salvia e lasciate cuocere a fuoco dolce, girando di tanto in tanto. Cuocete per circa 3 ore in tutto, a fuoco basso e con il coperchio, unendo via via altro liquido della marinata (riscaldato) e, se dovesse finire, aggiungete poca acqua bollente; verso la fine della cottura regolate di sale.
- Servite lo spezzatino ben caldo.

Carla Marchetti