

SECONDI PIATTI

Cappone ripieno lessato

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: media PREPARAZIONE: 20 min COTTURA: 480 min COSTO: medio

REPERIBILITÀ ALIMENTI: media



Il segreto per la riuscita del piatto? La cottura lunghissima a bassa temperatura. Questo lascerà le carni del cappone molto morbide, ed il ripieno estremamente saporito.

INGREDIENTI

CAPPONE disossato - 1
CARNE MACINATA DI MAIALE 150 gr
CARNE MACINATA DI MANZO 150 gr
SALSICCIA DI MAIALE 100 gr
PANCETTA (TESA) 100 gr
MOLLICA DI PANE 100 gr
PARMIGIANO REGGIANO 2 cucchiaini da tavola
UOVA 1
PREZZEMOLO tritato - 1 ciuffo
SALE
PEPE NERO

PREPARAZIONE

1 Prendete il cappone e fiammeggiatelo, per togliere eventuali peli e piume residue,

conditelo con sale e pepe.

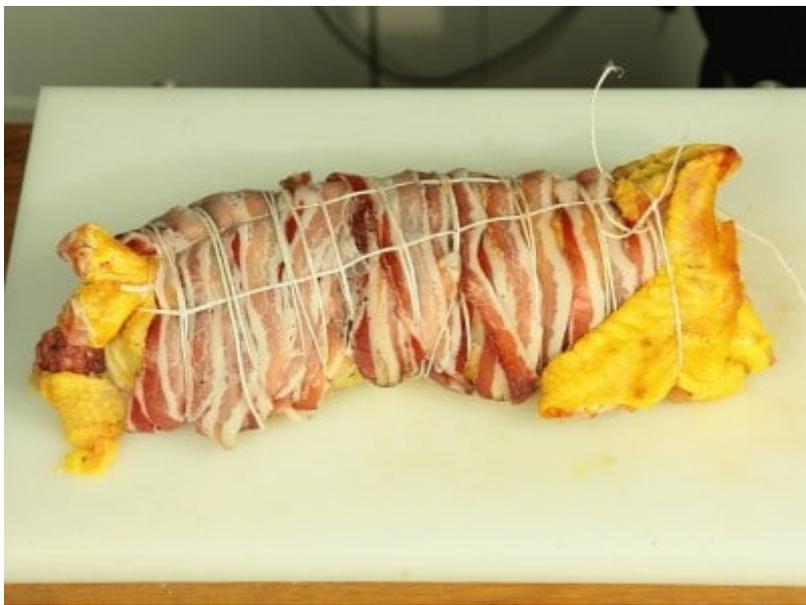
In una terrina impastate le carni con la salsiccia, la mollica di pane, precedentemente ammollata e strizzata, il parmigiano, l'uovo, il prezzemolo tritato e il sale, impastate il tutto fino ad ottenere un composto omogeneo.



2 Distribuite il ripieno al centro del cappon.



3 Arrotolate il cappon su se stesso, fasciatelo con la pancetta, fino a ricoprire completamente il rotolo. Fermate il rotolo con dello spago da cucina, quindi avvolgetelo con 2 o 3 strati di carta pellicola.



- 4 Mettete il cappone in una casseruola, con abbondante acqua fredda, lasciatelo cuocere per 8 ore a fiamma dolcissima, per essere più precisi la temperatura dell'acqua deve arrivare a 75 gradi. Servite il cappone tagliato a fette con insalata di campo o verdure al vapore di contorno.