

SECONDI PIATTI

Capretto al forno con olive

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: media PREPARAZIONE: 1440 min COTTURA: 90 min COSTO:
elevato REPERIBILITÀ ALIMENTI: difficile



INGREDIENTI

2 kg di capretto
rosmarino
salvia
2 limoni
olio extravergine di oliva
250 cl di vino bianco
olive di cerignola.

PREPARAZIONE

- 1 Con la mezzaluna tritate finemente il rosmarino e la salvia, metteteli in una ciotola, aggiungete olio d'oliva e il succo di 2 limoni e amalgamate bene il tutto.



- 2 In una terrina capiente mettete i pezzi di capretto spennellati con la marinatura, poi coprite il tutto con il vino bianco.





- 3 Mettete al fresco tutta la notte avendo cura di girarlo un paio di volte.
Il giorno dopo scolate i pezzi di capretto dalla marinata, asciugateli, quindi rosolateli da entrambi i lati in un tegame capiente con olio e burro e salate.



- 4 Continuate la rosolatura spennellando i pezzi di carne con la marinata (ripetere questa operazione due o tre volte).



- 5 Aggiungere le olive e mettere in forno a cuocere a 200°C per un'ora e mezzo circa, continuando a bagnare con la marinata.



- 6 Servire con polenta abbrustolita.