

SECONDI PIATTI

# Coscia d'anatra con ripieno di frutta secca

---

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone    DIFFICOLTÀ: media    PREPARAZIONE: 20 min    COTTURA: 45 min    COSTO: medio

REPERIBILITÀ ALIMENTI: media

---



La **coscia d'anatra** con ripieno di frutta secca è un piatto elegante e delizioso, degno di essere presentato ad un pranzo o a una cena importante, magari proprio durante i giorni di festa. Un modo diverso per cucinare l'anatra insomma, che spesso non si sa proprio come fare. La frutta secca rende più aromatica la carne ed il brodo delicato usato durante la cottura in forno aiuta la coscia d'anatra a mantenersi morbida. Se questa ricetta vi è piaciuta lasciateci un commento e se cercate altre idee per abbinare la frutta secca provatela anche al

[gorgonzola](#): favolosa!

## INGREDIENTI

ANATRA cosce - 4

PISTACCHI tritati - 100 gr

GHERIGLI DI NOCI tritate - 100 gr

MANDORLE tritate - 100 gr

PANNA DA CUCINA ½ bicchieri

CAROTE 280 - 4

CIPOLLE 3

DADO PER BRODO DI POLLO 1

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4

cucchiai da tavola

SALE

ROSMARINO 4 rametti

PEPE BIANCO

## PREPARAZIONE

- 1 Quando volete realizzare la ricetta della coscia d'anatra con ripieno di frutta secca, per prima cosa disossate le cosce d'anatra o, se preferite, fatelo fare al vostro macellaio di fiducia.



- 2 Cercate di dividere la polpa, mantenendola il più integra possibile, dalla pelle che vi servirà per avvolgere il rotolo.

Pestate la pelle per assottigiarla ed allargarla, quindi disponetevi sopra, in un unico strato la polpa ricavata dalla coscia.

Ponete un foglio di carta forno sopra la polpa e pestate anch'essa così da appiattirla.

Distribuite 1/4 del composto di frutta secca tritata al centro della polpa distribuendolo in modo tale che sia presente per tutta la lunghezza della polpa stessa; salate adeguatamente e pepate.



- 3 Arrotolate delicatamente il tutto cercando di mantenere il ripieno al centro del rotolo ed

utilizzando la pelle per avvolgerlo.

Legate il rotolino inserendo nello spago un rametto di rosmarino e proseguite nello stesso modo anche per le altre tre cosce.

Mettete un pentolino sul fuoco con 500 ml d'acqua e un dado di brodo delicato.

Fate scaldare l'olio extravergine d'oliva in una padella sufficientemente ampia da poter contenere tutte e quattro le cosce farcite.

Rosolate uniformemente le cosce nell'olio ben caldo.



- 4 Una volta ben rosolate, trasferite le cosce in una pirofila da forno insieme a 4 carote e 3 cipolle tagliate a pezzettoni.



- 5 Aggiungete alla pirofila il brodo delicato preparato in precedenza ed infornate il tutto a 180°C per circa 35 minuti.



- 6 Una volta cotte, sfornate le cosce, prelevatele dalla pirofila e conservatele al caldo.

Frullate il fondo di cottura con tutte le verdure.



- 7** Trasferite la salsa ottenuta dal fondo di cottura in una padella ed unitevi mezzo bicchiere di panna da cucina, scaldate brevemente affinché la salsa si possa ridurre.



- 8** Disponete le cosce di pollo affettate su uno specchio di salsa realizzata con il fondo di cottura.

## CONSIGLIO

**Posso fare questa ricetta anche con altra carne?**

Sì puoi fare delle tasche di vitello o anche le cosce di pollo.

**Mi è avanzata una porzione, posso conservarla?**

Sì puoi conservarla in frigorifero per un giorno.