

SECONDI PIATTI

Spezzatino di capriolo

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#) / [Trentino-Alto Adige](#)

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [bassa](#) PREPARAZIONE: [15 min](#) COTTURA: [120 min](#) COSTO: [medio](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [media](#)



Lo spezzatino di capriolo è un piatto saporito e rustico che esalta i sapori della carne di selvaggina. Ideale per pranzi o cene conviviali, si sposa perfettamente con un contorno di polenta o patate.

INGREDIENTI PER CUCINARE LO SPEZZATINO DI CAPRIOLO

POLPA DI CAPRIOLO 500 gr

CIPOLLA 1

CAROTA 1

COSTA DI SEDANO 1

CONCENTRATO DI POMODORO 1

cucchiaino da tavola

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)

VINO ROSSO 100 gr

BRODO DI CARNE 500 gr

FOGLIE DI ALLORO 2

RAMETTO DI ROSMARINO 1

SALE

PEPE

COME FARE LO SPEZZATINO DI CAPRIOLO

- 1 Sbuccia la carota e la cipolla, poi lava accuratamente le verdure. Trita grossolanamente la cipolla, il sedano e la carota e mettile tutte insieme in una ciotola.





- 2** Versa un filo d'olio sul fondo della padella, accendi la fiamma vivace e fallo scaldare, poi aggiungi la carne e falla rosolare in modo da sigillarla e renderla leggermente dorata. Aggiungi anche le verdure e rosola ancora tutto insieme, mescola accuratamente in modo da far prendere sapore a tutti gli ingredienti.





3 Bagna la carne con il vino e aspetta che evapori, abbassa la fiamma, insaporisci con sale e pepe, aggiungi anche un cucchiaino di concentrato di pomodoro.





- 4 Versa un mestolo di brodo caldo, mescola bene in modo da bagnare tutta la carne, infine aggiungi alloro e rosmarino e continua la cottura con il coperchio per almeno 2 ore, aggiungi poco brodo alla volta di tanto in tanto.



5 Lo spezzatino di capriolo è pronto per essere servito, elimina i rametti di rosmarino e le

foglie di alloro, poi portalo a tavola caldo e fumante.



SPEZZATINO DI CAPRIOLO: UN PIATTO RUSTICO E SAPORITO DELLA

Lo spezzatino di capriolo è un piatto rustico e saporito della cucina italiana, particolarmente apprezzato nelle regioni di montagna e durante i mesi autunnali e invernali. Preparato con carne di capriolo marinata ed erbe aromatiche come rosmarino e alloro, questo spezzatino ha un **sapore intenso** che esalta al massimo la selvaggina. La lunga **cottura a fuoco lento** rende la **carne tenera e gustosa**, perfetta da abbinare a contorni come polenta o patate. La carne di capriolo è magra e saporita e si presta a questa preparazione che richiede tempo ma regala un **risultato ricco di gusto** e tradizione.

COME CONSERVARE LO SPEZZATINO DI CAPRIOLO

Lo spezzatino di capriolo può essere conservato in frigorifero per 2-3 giorni, ben chiuso in un contenitore ermetico. Per riscaldarlo, ti consigliamo di farlo a fuoco basso, aggiungendo

eventualmente un po' di [brodo](#) o acqua per mantenere la carne morbida e succosa. **Se desideri congelare lo spezzatino, fallo una volta cotto:** lascialo raffreddare completamente, riponilo in contenitori adatti al congelatore e **consumalo entro 2-3 mesi.** Quando decidi di gustarlo, scongela lentamente in frigorifero e riscaldalo a fuoco lento.

CONSIGLI PER RIDURRE LO SPRECO ALIMENTARE

Per ridurre lo spreco alimentare, puoi riutilizzare gli avanzi dello spezzatino di capriolo in **diversi modi.** Ad esempio, la carne avanzata può essere sminuzzata e utilizzata per preparare un saporito [ragù](#), perfetto per condire [gnocchi](#) o [ravioli](#). Puoi anche aggiungere la carne sfilacciata a una [frittata](#) o a una [torta salata](#) per un piatto veloce e ricco di sapore. Inoltre, il sugo avanzato dello spezzatino può essere usato come base per una [zuppa](#) o una polenta con [sugo di carne](#).