

SECONDI PIATTI

Maiale sfilacciato

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#)

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [bassa](#) PREPARAZIONE: [10 min](#) COTTURA: [560 min](#) COSTO: [medio](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)



INGREDIENTI

PROSCIUTTO FRESCO 1

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4

cucchiaini da tavola

SALE

PEPE NERO

Direttamente dagli States del sud...il maiale sfilacciato!!! Originariamente pulled pork. Con il maiale preparato con questa lunghissima cottura che lo rende tenerissimo, si preparano succulenti panini irrorati con salse, ogni stato ha la sua preferita, cipolla, insalata, pomodori e quanto più vi piace. Almeno una volta nella vita va provato...seguite le semplici indicazioni di Luca e vi accorgete che potrete portare un po' di Tennessee e Carolina direttamente a casa vostra.

PREPARAZIONE

- 1 Trasferite il prosciutto di maiale in una teglia sufficientemente grande e infornate alla temperatura massima del vostro forno per 40 minuti circa.



- 2 A questo punto fate intiepidire leggermente il prosciutto quindi avvolgetelo in due strati di fogli d'alluminio.



- 3 Infornate nuovamente a 120 - 125°C per 6 - 8 ore o fino al raggiungimento degli 80°C al cuore del prosciutto.

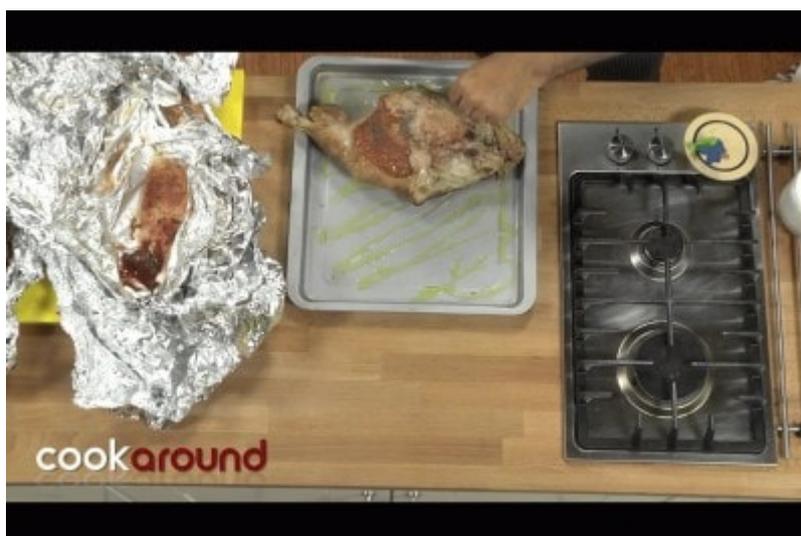


- 4 Trascorso questo tempo, fate freddare leggermente il prosciutto per poterlo maneggiare meglio, quindi liberatelo dai fogli d'alluminio.

Nel frattempo pulite la teglia utilizzata per la cottura del prosciutto dal liquido che si è formato, ungetela con dell'olio extravergine d'oliva e trasferitevi nuovamente il prosciutto.



- 5 Salate e pepate il prosciutto da entrambi i lati e infornatelo nuovamente per 30 - 40 minuti a 200 - 210°C.



- 6 A questo punto non vi resta che sfornare il prosciutto, lasciarlo intiepidire leggermente per poterlo lavorare con più facilità e iniziare a sfilacciarlo separandolo dalla cotenna che servirete separatamente.



- 7 Servite il maiale sfilacciato tal quale, magari accompagnandolo con un'insalata oppure utilizzatelo per la realizzazione di altre gustosissime ricette.