

ARROSTO DI MAIALE CON STUFATO DI VERDURE

Ingredienti

- olio extravergine d'oliva (4 cucchiaini)
- mezzo dado da brodo
- aglio
- sale
- rosmarino
- vino bianco (100ml)
- lonza di maiale (800g)
- 2 cipolle
- un sedano rapa
- pepe nero
- pomodori ciliegini (50g)
- cardi (500g)

Come si prepara

Tagliare i cardi a pezzi di 10 cm, farli cuocere in acqua bollente, poi sciacquarli in acqua fredda e, se necessario, sfilarli.

Pulire il sedano rapa e, tagliato a pezzettoni, farlo scottare in acqua bollente per 10 minuti.

Insaporire la lonza di maiale cospargendola con rosmarino, sale e pepe, quindi legarla con spago da cucina.

Far dorare in due cucchiai d'olio, per 5 minuti a fuoco medio, una cipolla tagliata a fettine e uno spicchio d'aglio intero, che poi verra' tolto. Aggiungere la carne e farla rosolare bene da tutti i lati.

Aggiungere mezzo bicchiere di vino bianco e far cuocere per 1 ora abbondante a fuoco basso, bagnando ogni tanto con del brodo, ottenuto sciogliendo mezzo dado in mezzo litro d'acqua.

Nel frattempo preparare le verdure stufate mettendo in un tegame due cucchiai d'olio con una cipolla a fettine e, dopo 5 minuti quando e' dorata, unire i cardi e aggiungere il restante vino.

Dopo 10 minuti aggiungere il sedano rapa, salare e pepare e far insaporire per 10 minuti a fuoco medio con qualche pomodoro ciliegino spaccato.

Servire accompagnando la carne tagliata a fette con contorno di verdure stufate.

Difficoltà: 3

Tempo: 45

Tags

verdure, stufati, carne, maiale, arrosti, secondi di carne e verdure, contorni di verdure

