

Settembre 2018

Ricetta nr. | 9 |

FEGATO IN UMIDO

Tratto dal libro:

Le ricette della Nonna / Raccolta di ricette Ticinesi
Noride Beretta-Varenna e Giovanna Sciaroni-Moretti

Ingredienti per 4 persone:

500 gr fegato di vitello (un pezzo)	1 Cipolla	1 Bicchiere di vino bianco secco
Farina	30 gr di burro	Olio
Alloro	Pepe / Sale	1 Fetta di prosciutto crudo
Sedano	Carote	

Fate friggere la cipolla con 3 cucchiaini di olio ed il burro, mettetevi un cucchiaino di farina e fatela rosolare bene, poi fatevi dorare brevemente il fegato in un pezzo solo rivoltandolo da ogni parte, aggiungetevi le verdure tritate, una foglia di alloro, pepe, vino bianco secco, ed il prosciutto tagliato a dadini.

Lasciate cuocere lentamente e ben coperto per circa un'ora. Disponete quindi il fegato affettato sul piatto; fate intanto ridurre la salsa a fuoco vivace, passatela poi al setaccio e versatela calda sul fegato che servirete con un contorno di cipolline in umido.

Consigli della macelleria EFRA

- Il fegato va servito molto caldo e mangiato subito, non va mai riscaldato perché altrimenti si indurisce e perde dunque di qualità.
- Salare solo a fine cottura, questo procedimento vi consentirà di gustare un fegato molto morbido e delicato.

Buon appetito e buon divertimento.

www.macelleriaefra.ch

info@macelleriaefra.ch