

Febbraio 2018

Ricetta nr. | 2 |

OSSIBUCHI ALLA TICINESE

Tratto dal libro:

Le ricette della Nonna / Quaderno 2

Specialità di un tempo scelte dalle contadine svizzere

Editore: Associazione Alzheimer Svizzera

Ingredienti per 4 persone:

4 ossibuchi di vitello	1 ½ dl di vino bianco
Sale	5 dl di brodo di manzo
Pepe	2 pomodori o 1 cucchiaio di concentrato di pomodoro
Poca farina	3 cucchiaini di olio di oliva
1 cipolla	maggiorana
1 spicchio d'aglio	timo, rosmarino
2 carote	2-3 rametti di prezzemolo
1 piccolo sedano rapa	½ limone, la scorza

Salate e pepate gli ossibuchi, infarinateli e fateli rosolare da ogni lato nell'olio caldo.

Tritate cipolla e aglio, tagliate le verdure a dadini, unite alla carne e stufate. Bagnate con il vino e il brodo. Tagliate i pomodori a dadini e aggiungeteli alla carne con le erbe aromatiche. Coprite e fate cuocere in forno o sulla piastra per 1 ora.

Togliete la carne dal tegame e mettetela in caldo.

Passate la salsa attraverso il passaverdura e portatela a bollore. Unite il prezzemolo tritato e la scorza di limone grattugiata e nappate gli ossibuchi con la salsa.

Consigli della macelleria EFRA

- Incidere la fascia di grasso che circonda gli ossibuchi con un piccolo coltello molto affilato per evitare che si ariccino durante la cottura (3-4 incisioni).
- Lasciar cuocere a fuoco molto lento per 1 ½ ora.

Buon appetito e buon divertimento.

www.macelleriaefra.ch

info@macelleriaefra.ch