

Novembre 2018

Ricetta nr. | 11 |

COTECHINO CON LENTI

Tratto dal libro:

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

Ingredienti:

1 Cotechino (1/2 kg)	250 g di lenti	cipolla	carota
1 chiodo di garofano	sedano	100 g di pancetta e prosciutto	
olio	alloro	vino	

Mettete a bagno il cotechino per 2 ore in acqua tiepida, avvolto in un panno, poi legatelo, mettetelo a cuocere a freddo in casseruola coperta, per circa 2 ore. Mondate intanto le lenti, lavatele e mettetele a bagno in acqua fredda per 2 ore. Ponete a cuocere in una padella con olio, cipolla, carota e sedano tritati, la pancetta e il prosciutto, le lenti scolate dall'acqua ed asciugate e gli aromi. Fate rosolare leggermente poi aggiungetevi un poco di vino bianco e tanto brodo che basti a coprire il tutto e lasciando cuocere a fuoco lento per un'ora. Quando le lenti saranno cotte, disponetele sul piatto ben calde e sopra poserete il cotechino, che, nel frattempo, sarà cotto e che avrete provveduto a tagliare a fette.

Consigli della macelleria EFRA

- La ricetta che vi presentiamo è molto datata e riprende il tipo di cucina e le tradizioni di un tempo. La cottura del cotechino è un po' particolare ma molto interessante.
- Per chi invece desidera rimanere sul tradizionale ricordiamo che il cotechino va messo in una pentola con acqua fredda. Lo si porta ad ebollizione e quando l'acqua inizia a sobbollire si riduce la temperatura e lo si lascia cuocere per circa 40 min. (cotechino di grandezza media circa 600 gr). La cottura è molto importante, se troppo cotto il cotechino risulta secco e asciutto, se non cotto a sufficienza invece sarà immangiabile.
- Per avere la certezza che il cotechino sia cotto al punto giusto inserire uno stuzzicadenti nella carne, se lo stesso entrerà con facilità fino al centro allora il cotechino sarà pronto.

Buon appetito e buon divertimento.

www.macelleriaefra.ch

info@macelleriaefra.ch