



Capriolo e polenta - [Visualizza sul sito di silvia](#)

secondi piatti - cacciagione - carne

ricetta di Carnacina (un pò aggiustata)

Ingredienti per il capriolo:

capriolo, tagliato a pezzi;
alloro,
salvia,
rosmarino,
bacche ginepro schiacciate,
carota,
sedano,
timo,
cipolla,
aglio,
prezzemolo,
pepe in grani,
lardo,
pancetta,
farina q.b,
sale,
vino rosso (leggero)

Procedimento:

Mettere la carne di capriolo in un grande contenitore, con tutti gli aromi spezzettati grossolanamente. Ricoprire di vino rosso (non corposo che appesantirebbe troppo). Lasciare immerso per almeno 24 ore.

Prendere i pezzi di carne e infarinarli bene,
Rosolarli con olio in una pentola di coccio, con il lardo e la pancetta.
Quando prende colore, versarvi la marinata e far bollire adagio.
Deve bollire quasi tre ore.
Quindi aggiungere ogni tanto acqua bollente perchè non asciughi troppo.
Mezz'ora prima della fine della cottura, togliere i pezzi di capriolo e metterli in un piatto.
Passare il minipimer nel sugo in modo da frullare tutti gli aromi.
Rimettere la carne e portare a termine la cottura.

Nel frattempo preparare la polenta.

Ingredienti per la polenta:
300 gr.farina di mais,
olio,
sale,
1 litro e 250 gr.di acqua.

(procedere come da propria abitudine alla cottura della polenta)

la preparazione (le costole da fare alla griglia le ho messe solo con vino rosso, olio, alloro e poco altro)

[immagine non più disponibile]

nel piatto:



eCucinando.it