





# CARNI



- Anatra all'arancia*
- Bollito misto alla piemontese*
- Capretto al forno alla ligure*
- Cervo con polenta*
- Chateaubriand con verdure, riso e spiedino di frutta*
- Coniglio alla ligure*
- Coniglio al vino rosso*
- Faraona e paté di fegato*
- Filetto di maiale in crosta*
- Filetto di maiale alle nocciole*
- Fritto misto di carne*
- Ossibuchi con torrette di riso*



# CARNI



- Pollo alla cacciatora*
- Quagliette nel nido*
- Spiedini alla piastra*
- Spiedini country*
- Valdostane alla Paolo*

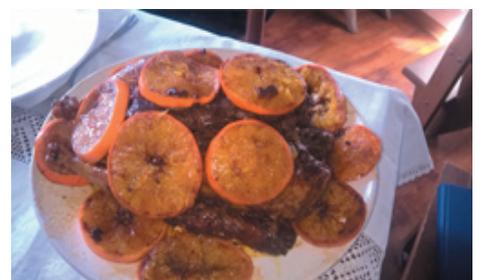
# ANATRA ALL'ARANCIA

## Ingredienti per 4 persone:

- 1 anatra di circa 2 kg
- 3 arance - gr. 50 di pancetta
- 1 bicchierino di brandy
- sale e pepe q.b.
- una cipollina - gr. 50 di burro
- ½ bicchiere di olio
- brodo - una foglia alloro
- un rametto di rosmarino
- 2 foglie di salvia



1. Legare l'anatra per tenerla in forma, dopo averla fiammeggiata .
2. Mettere in una teglia burro, olio, pancetta e cipolla tritatissime, fare rosolare, unire il fegato spappolandolo
3. Fare rosolare bene, unire l'anatra, dopo avervi messo dentro rosmarino, salvia, alloro
4. Colorire, salare, pepare, spruzzare di brandy e, quando evaporato, bagnare con il succo di 1 arancia
5. Fare cuocere 20 minuti
6. Versare 2 mestolini di brodo e fare cuocere per 2 ore a fiamma moderata
7. Togliere l'anatra dal fuoco
8. Passare al setaccio il sugo di cottura, rimetterlo nel recipiente ed adagiarvi le arance a fettine facendole insaporire per 5 minuti
9. Mettere l'anatra in un piatto e ricoprirla con le fette di arancia e irrorare con il sugo.



# BOLLITO MISTO ALLA PIEMONTESE



## Ingredienti per 4 persone:

gr. 500 di scarmellao  
gr.500 di muscolo  
gr. 300 di testina  
gr. 300 di coda  
una lingua  
un cotechino grande  
una gallina

### I contorni:

funghi trifolati, spinaci al burro,  
cipolline e cetriolini sotto aceto,  
mostarda di Cremona.

Le salse: Senape di Digione e  
Senape rustica

Per la Maionese casalinga: un  
uovo, 300 ml. di olio d'oliva, succo  
di mezzo limone, sale q.b.

Per il Bagnet verde: un bel  
mazzo di prezzemolo, un uovo  
sodo, mollica di pane imbevuta in  
aceto rosso, filetti d'acciuga q.b.  
peperoncino piccante in polvere,  
olio evo q.b.

Per la Salsa tonnata: 2 uova sode,  
gr.120 di tonno, 1 cucchiaino di  
capperi, 1/2 mestolo di brodo

Per il Bagnet rosso o Rubra: 1  
kg. di pelati maturi, 1 mazzetto  
di basilico, 1 cipolla, 1 carota,  
1/2 peperone rosso, 1 gambo di  
sedano, m 1 rametto di rosmarino,  
2 spicchi d'aglio, olio evo q.b.  
sale, pepe, zucchero, peperoncino  
in polvere q.b.

1. La cottura di testina, cotechino e lingua deve avvenire a parte
2. Cuocere insieme le carni (scarmella, muscolo e coda)
3. Cuocere a parte la gallina, dopo averla legata con spago alimentare
4. Alle carni unire cipolla infalzata con alcuni chiodi di garofano, carota e sedano, alcuni grani di pepe nero e alloro
5. Metterle nella pentola con l'acqua e gli aromi in ebollizione da almeno 15 minuti e schiumare, se necessario
6. Le carni (scarmella, muscolo e coda) e la gallina devono cuocere per circa due ore o più, appena sobbollendo, per evitare che diventino filamentose o si spappolino
7. Una volta cotte, tenere le carni al caldo nel loro brodo
8. Se cucinate il giorno prima, tenerle nel loro brodo in frigorifero
9. Prima di utilizzarle togliere il grasso che si sarà formato in superficie
10. Bucare il cotechino ai due estremi con 2 stuzzicadenti, metterlo nella pentola con acqua fredda e portare a bollore, quindi calcolare almeno un'ora di cottura (meglio cuocere il cotechino il giorno stesso dell'uso, per evitare che si secchi)
11. Fare cuocere per due ore la lingua, dopo averla spazzolata accuratamente, in una pentola con lo stesso tipo di aromi delle carni
12. Fare cuocere anche la testina per circa un'ora.

### 13.NB. Le salse:

per il 'bagnet verd', frullare insieme tutti gli ingredienti e correggere di sale;

per la 'salsa tonnata', frullare gli ingredienti ed emulsionare con il brodo;

per il 'bagnet ross' (salsa Rubra), tritare i pelati, il peperone rosso e gli aromi; cuocere 2 o 3 ore unendo sale, pepe e zucchero; ridurre in crema con il passaverdure; unire l'olio e il peperoncino; riprendere il bollore e poi fare riposare.





# CAPRETTO AL FORNO ALLA LIGURE

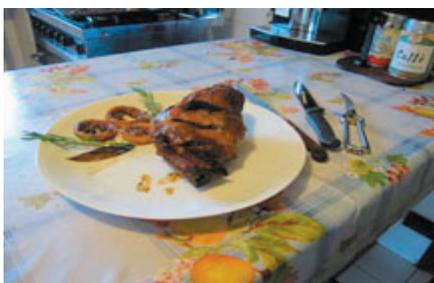


## Ingredienti per 2 persone:

4-5 spicchi di aglio, alcune foglie di alloro, rametti di rosmarino, alcune bacche di ginepro  
sale grosso, rondelle di limone  
2 cosce di capretto, trito di erbe aromatiche, sale e pepe q.b.  
vino bianco secco q.b.  
fette di pancetta aromatizzata o di lardo aromatizzato



1. Mettere in una teglia gli spicchi di aglio schiacciato, i rametti di timo, le foglie di alloro, i rametti di rosmarino, le bacche di ginepro, il sale grosso e le rondelle di limone ai lati per dare profumo nel forno
2. Disporre sul letto di erbe le cosce di capretto già segnate per il taglio finale e sparpagliare sulla carne un trito di erbe aromatiche, sale fine, poco pepe e vino bianco, poi coprirle con fette di pancetta aromatizzata o lardo aromatizzato
3. Mettere in forno a 180 gradi e cuocere per 1 ora circa o fino a quando la carne è cotta, irrorando con il fondo di cottura e aggiungendo, se necessario, altro vino bianco
4. Accompagnare la carne con una salsa alla menta
5. Per la salsa alla menta: 40 gr di olive taggiasche, 30 g di pinoli, 1 mazzetto di menta fresca, 1 spicchio di aglio, 1 peperoncino, olio extravergine di oliva q.b. Nel mixer tritare le olive, i pinoli, le foglie di menta, l'aglio, qualche cucchiaino di olio e il peperoncino. Deve risultare una salsa un po' granulosa.



# CERVO CON POLENTA



## Ingredienti per 4 persone:

1kg. polpa di cervo  
Per la marinata: chiodi di garofano, cannella, cipolla dorata, bacche di ginepro, maggiorana, alloro, rosmarino, timo, dragoncello, grani di pepe, carota, sedano, aglio, vino Cannonau (o Nebbiolo, o Barbera, ...)  
Per la cottura: marinata filtrata, farina bianca, sedano, carota, cipolla dorata, aglio, olio extravergine (eventuale burro), vino Cannonau ulteriore, se la marinata non basta, oppure brodo vegetale, oppure acqua calda.

1. Preparare la marinata con 1 litro di vino sardo Cannonau, 5-6 chiodi di garofano, un pezzetto di cannella, una cipolla dorata affettata
2. Aggiungere 4-5 bacche di ginepro, 2-3 foglie di alloro, 2-3 rametti di rosmarino
3. Insaporire con un pizzicone di maggiorana, timo e dragoncello (essiccati) e 5-6 grani di pepe nero
4. Tagliare a pezzetti una carota e 2 gambi di sedano, pulire e schiacciare due spicchi di aglio e aggiungerli agli altri ingredienti
5. Fare marinare la carne in frigorifero per 12 ore o più, coperta con pellicola trasparente
6. Scolare dalla marinata i pezzi di polpa, asciugarli e infarinarli leggermente
7. Mettere un tegame ampio di coccio sul fuoco con olio e un trito piuttosto fine di sedano, carota e cipolla e uno o due spicchi di aglio pelati e schiacciati
8. Fare rosolare i pezzi di cervo a fuoco vivace per alcuni minuti e poi coprire con la marinata filtrata e fare cuocere a fuoco lento, aggiungendo, se necessario, altro vino oppure brodo vegetale, oppure acqua calda
9. La cottura deve procedere per almeno 3 ore

**Nota Bene:** Quando il cervo è cotto si serve con polenta di farina gialla o taragna e...BUON APPETITO!





# CONIGLIO ALLA LIGURE

## Ingredienti per 4 persone:

1 coniglio novello di 1 chilo circa  
2 cipolle dorate medie  
1 o 2 rametti di rosmarino  
1 o 2 rametti di timo  
2 spicchi di aglio  
burro q.b.  
olio extravergine d'oliva q.b.  
1/2 bicchiere di vino bianco secco  
sale e pepe q.b.  
gr.40 di olive nere denocciolate o  
olive taggiasche



1. Mettere in un recipiente un poco di olio d'oliva, un pezzetto di burro e i due spicchi di aglio puliti e fare soffriggere a fuoco moderato per pochi minuti
2. Unire i pezzi di coniglio e fare rosolare da tutti i lati
3. Tritare finemente il rosmarino ed il timo ed unirli al coniglio
4. Fare rosolare a fuoco moderato per circa 30 minuti, a pentola scoperta
5. Tritare finemente le cipolle ed unirle al coniglio
6. Salare e pepare, aggiungere il vino bianco e alzare la fiamma per fare sfumare
7. Fare cuocere per circa 20 minuti con coperchio e a fuoco moderato
8. Unire le olive, aggiustare di sale e di pepe e fare completare la cottura per altri 20 minuti, sempre a fuoco moderato e con coperchio
9. Per evitare che il sugo si asciughi troppo, aggiungere qualche cucchiaino di brodo vegetale e, a cottura ultimata, presentare in un piatto da portata decorato a piacere.



# CONIGLIO AL VINO ROSSO



## Ingredienti per 4 persone:

1 coniglio tagliato a pezzi regolari  
gr. 50 di lardo lonzato o lardo di Colonnata, 1 cipolla,  
5 foglie di salvia  
1 rametto di rosmarino  
1 foglia di alloro  
2 spicchi di aglio puliti  
1 cucchiaio di farina  
olio extravergine d'oliva q.b.  
1/2 litro di vino rosso  
brodo vegetale q.b.



1. Mettere in una padella un poco di olio, il lardo tagliato a striscioline ed i pezzi di coniglio e fare colorire
2. Quando il coniglio è dorato, scolarlo e tenerlo da parte
3. In un'altra padella, mettere un po' d'olio, la cipolla tritata, le erbe aromatiche e gli spicchi d'aglio
4. Prima che prendano colore, unire il coniglio
5. Alzare la fiamma e cospargere con il cucchiaio di farina
6. Bagnare con il vino rosso e fare evaporare a fiamma vivace
7. Cuocere a fuoco moderato per circa un'ora con coperchio
8. Se serve, unire brodo vegetale.





# FILETTO DI MAIALE ALLE NOCCIOLE

## Ingredienti per 4 persone:

gr. 500-600 di filetto di maiale  
gr.30 di nocciole pestate  
grossolanamente nel mortaio  
1 cucchiaino di senape antica  
1 cucchiaio di miele  
1 bicchierino di Cognac  
sale e pepe q.b.  
3 scalogni  
fette di un'arancia con la buccia  
2 foglie di alloro  
gr. 50 di burro  
1/2 bicchiere di vino bianco secco

1. Mettere le nocciole pestate su un foglio di carta da forno
2. Mescolare accuratamente in una terrina la senape, il miele, sale e pepe e una spruzzata di Cognac
3. Spennellare con il composto ottenuto il filetto di maiale e quindi rotolarlo nella granella di nocciole facendola aderire perfettamente
4. Mettere in una pirofila lo scalogno a fette, le fette d'arancia, l'alloro, il burro spezzettato e il bicchierino di Cognac
5. Sovrapporre il filetto cosperso di nocciole e sigillare con un doppio strato di carta alluminio
6. Infornare per 10-15 minuti a 220 gradi
7. Togliere la carta di alluminio e fare gratinare con la funzione grill
8. Deglassare con il vino bianco il fondo di cottura, filtrarlo e metterlo in una salsiera
9. Servire il filetto tagliato a fette con il suo sugo.





# FILETTO DI MAIALE IN CROSTA



## Ingredienti per 4 persone:

1 filetto di maiale (gr.600/800)  
aromi: rosmarino, aglio, erba cipollina  
olio evo q.b. - sale e pepe q.b.  
gr. 100 burro - gr. 200 farina  
ml.50 acqua fredda  
burro per friggere q.b.  
gr. 100 prosciutto crudo o pancetta stagionata o lardo di Colonnata o guanciale...(a scelta)  
alcune foglie di alloro - 1 tuorlo



### 1. Preparazione della pasta brisée:

2. Frullare in un mixer il burro fresco di frigorifero con la farina fino ad ottenere un composto granuloso
3. Metterlo a fontana sulla spianatoia, e amalgamarlo all'acqua e salarlo
4. Impastare velocemente fino ad ottenere un composto consistente ed omogeneo e porlo in frigorifero, dopo averlo avvolto in pellicola trasparente
5. Lasciarlo raffreddare per 30 minuti.
6. Nel frattempo preparare il filetto: mantenerlo in forma con alcuni giri di spago alimentare
7. Tritare finemente gli aghi di rosmarino e l'erba cipollina
8. Spremere l'aglio
9. Unire in una terrina olio evo, il trito aromatico, l'aglio spremuto, sale e pepe q.b.
10. Con l'emulsione ottenuta, sfregare il filetto per aromatizzarlo
11. Mettere in un tegame del burro e, quando caldo, fare rosolare il filetto aromatizzato da tutti i lati per circa 10 minuti. Terminata la rosolatura, mettere la carne a sgocciolare su una gratella
12. Mentre la carne intiepidisce, disporre le fette del salume prescelto su un foglio di carta da forno con il quale si è rivestita una teglia da forno e sovrapporre alcune foglie di alloro
13. Su una spianatoia, stendere la pasta brisée in una sottile sfoglia con l'aiuto di un mattarello
14. Mettere la carne ormai tiepida sullo strato di prosciutto e, con l'aiuto della carta forno, avvolgerla nel prosciutto
15. Il rotolo rivestito avvolgerlo nella sfoglia di pasta brisée, avendo cura di sigillarlo accuratamente
16. Con gli eventuali avanzi di pasta, ricavare delle decorazioni
17. Usando un tuorlo sbattuto, pennellare la superficie del rotolo e fissare le decorazioni
18. Con i rebbi di una forchetta, bucherellare la superficie del rotolo per favorire l'uscita del vapore
19. Infornare in forno preriscaldato a 180 gradi e fare cuocere per circa 30 minuti, fino a quando la superficie risulterà dorata
20. Sfnare e fare raffreddare per alcuni minuti
21. Tagliare a fette e disporre su un piatto di portata. Accompagnare con patatine fritte o patate al forno o piselli in umido o crema di funghi...



# FRITTO MISTO DI CARNE



## Ingredienti per 4 persone:

4 fettine di manzo  
4 fettine di petto di pollo  
4 fettine di petto di tacchino  
4 fettine di fegato di vitello  
4 costolette di agnello  
4 fettine di lonza o costolette di maiale, cervella, filoni, animelle  
4 pezzi di salciccia, zucchina, carciofi, melanzana, asparagi  
funghi porcini, mela, amaretti  
un rametto di salvia, 2 limoni  
olio di oliva q.b. per friggere

### Per i rombi di semolino:

gr. 80 di semolino  
3 decilitri di latte, burro q.b.  
3 cucchiaini di zucchero  
scorza grattugiata di un limone

Per la pastella: gr. 100 di farina  
latte q.b. e 1 uovo

Per impanare: farina q.b.

uova q.b. e pane grattugiato q.b.

**N.B.** La tipologia delle verdure e delle carni varia a seconda delle stagioni e dei gusti personali.



1. Preparare cervella, filoni e animelle tenendoli immersi in acqua fredda per almeno 2 ore
2. Sbollentare per 5 minuti le animelle, per 3 la cervella e un minuto i filoni: scolare ed asciugare tamponando con carta da cucina
3. Rosolare le fettine di fegato e i pezzi di salciccia in una padella con il rametto di salvia e una noce di burro e farli raffreddare
4. Per preparare il semolino, portare ad ebollizione il latte con una noce di burro e lo zucchero
5. Versare il semolino a pioggia e rimescolare per evitare i grumi
6. Unire la scorza grattugiata del limone e fare cuocere, sempre rimescolando, per circa 10 minuti e stendere l'impasto in una teglia, fare raffreddare e tagliare a rombi
8. Per preparare la pastella, mescolare la farina, l'uovo intero e tanto latte quanto necessario per avere una pastella fluida, liscia e senza grumi
9. Pulire i carciofi e tagliarli a fettine sottili e metterli in tanta acqua e succo di limone per evitare che anneriscano
10. Tagliare a fette la melanzana, i funghi, le zucchine, la mela
11. Tagliare a metà gli asparagi, dopo averli privati del gambo più duro e predisporre tre recipienti: uno con la farina, uno con le uova sbattute e l'ultimo con il pane grattugiato
13. Passare prima nella farina, poi nell'uovo, quindi nel pane grattugiato tutti i pezzi di carne, compresi fegato e salciccia precedentemente rosolati e preparare sul fuoco tre padelle con abbondante olio d'oliva e una noce di burro in ciascuna
14. Nella prima padella friggere le fettine di mela e di verdura dopo averle immerse nella pastella, nella seconda padella mettere i rombi di semolino e gli amaretti passati prima nella farina, poi nell'uovo sbattuto e infine nel pangrattato
15. Nella terza padella friggere i vari pezzi di carne impanati in precedenza e controllare la cottura perché il calore dell'olio non bruci il cibo e scolare su carta da cucina perché gli alimenti perdano l'eventuale olio in eccesso
16. Disporre in piatti da portata coperti da carta cucina, spolverizzare le verdure e le carni con un poco di sale
17. Servire insieme il salato ed il dolce, irrorando con un buon vino rosso.



# OSSIBUCHI CON TORRETTE DI RISO



## Ingredienti per 4 persone:

4 ossibuchi grandi  
farina 00 q.b.  
olio e burro q.b.  
1 piccolo pomodoro  
o 4-5 pomodorini ciliegia  
brodo di dado  
sale q.b.  
buccia grattugiata di 1 limone  
1 spicchio di aglio  
2 acciughe diliscate  
1 manciata di prezzemolo tritato  
2 cipolle  
gr. 300 di riso Carnaroli o Arborio  
o Basmati o ...  
vino bianco q.b.  
1 bustina di zafferano  
parmigiano

1. Mettere in un tegame del burro (circa gr. 50) e un po' d'olio e aggiungere una cipolla finemente tritata e fare soffriggere dolcemente
2. Infarinare gli ossibuchi, ai quali si devono praticare alcuni taglietti lungo il bordo perché non si raggrinzino in cottura, e farli rosolare da entrambe le parti senza bucarli con la forchetta
3. Quando risultano dorati, aggiungere il pomodoro tritato grossolanamente e brodo di dado sufficiente a coprirli
4. Fare cuocere a fuoco lento per circa 2 ore con coperchio
5. Pochi minuti prima della fine cottura bisogna aggiungere la gremolada, cioè un trito di scorza di limone, acciughe, aglio, prezzemolo.
6. Correggere eventualmente di sale.
7. Mentre gli ossibuchi cuociono, bisogna preparare il riso
8. In una pentola fare soffriggere una cipolla tritata finemente, tostare il riso nel soffritto dorato, sfumare con vino bianco e coprire con il brodo
9. Il riso cuoce in 16/18 minuti e poco prima della fine cottura unire lo zafferano sciolto in mezzo bicchiere di acqua calda
10. Quando il riso e gli ossibuchi sono cotti, bisogna impiattare così: usare una formina per creme caramel per realizzare delle torrette di riso allo zafferano e ricoprire ogni torretta con sottili scaglie di parmigiano ottenute con il pelapatate o il tagliatartufi, affiancare ad ogni torretta un ossobuco ricoperto di gremolada e guarnire con foglioline di prezzemolo o di sedano o di finocchietto e ... Buon appetito!





# POLLO ALLA CACCIATORA



## Ingredienti per 4 persone:

1 pollo tagliato a pezzi regolari oppure cosce e sovra cosce  
1 o 2 cipolle dorate  
1 o 2 spicchi d'aglio  
2 carote e 3 gambi di sedano  
1 rametto di rosmarino  
1 o 2 rametti di timo  
1 mazzetto di prezzemolo  
gr. 400 di pomodori freschi o pomodori pelati  
1 bicchiere di vino rosso  
sale e pepe q.b.  
noce moscata  
olio extravergine di oliva q.b.  
brodo vegetale o acqua calda

1. In una padella rosolare in poco olio per circa 10 minuti i pezzi di pollo
2. Quando il pollo sarà uniformemente dorato, versare nella padella la cipolla, il sedano e le carote finemente tritati e gli spicchi d'aglio puliti
3. Salare e pepare e aggiungere il rosmarino e soffriggere per 5 o 10 minuti
4. Aggiungere il vino rosso e fare evaporare
5. Unire i pelati o i pomodori trasformati in dadolata, coprire con coperchio e fare cuocere per circa 30 minuti, unendo brodo vegetale o acqua calda per evitare che il sugo si asciughi troppo
6. Cospargere con una grattugiata di noce moscata, con il timo e con il prezzemolo tritato
7. Servire con un purée di patate o con patate bollite.





# QUAGLIETTE NEL NIDO



## Ingredienti per 4 persone:

4 quaglie  
8/10 fette di pancetta  
sale e pepe q.b.  
rametti di rosmarino  
foglie di alloro  
spicchi di aglio  
cordino alimentare  
cognac o gin o whisky o vodka o  
grappa q.b.  
acqua calda q.b.  
olio extra vergine d'oliva  
burro

### Per i nidi:

spinaci o asparagi o purea di  
patate o piselli o ... secondo  
fantasia o disponibilità

1. Salare e pepare l'interno delle quaglie
2. Inserire mezzo spicchio di aglio, un rametto di rosmarino, una piccola foglia di alloro e un pezzetto di pancetta
3. Avvolgere il petto delle quaglie con una o due fettine di pancetta, che contribuirà a mantenere morbida la carne
4. Legare con cordino alimentare per mantenere in forma i piccoli volatili
5. Mettere in un tegame o in una padella tipo wok olio e un poco di burro e far rosolare vivacemente le quaglie
6. Irrorare con un poco del liquore scelto, fare evaporare a fiamma vivace e bagnare con acqua calda
7. Far cuocere a fiamma bassa con coperchio per 40 minuti e poi verificare la cottura con i rebbi di una forchetta
8. Mentre le quaglie cuociono, si deve preparare la verdura per realizzare i nidi
9. Questa volta abbiamo usato asparagi e spinaci passati nel burro, salati leggermente e cosparsi di parmigiano, ma al loro posto si potrebbe pensare ad una purea di patate arricchita con un tuorlo e trasformata in nidi tipo patate duchesse, oppure a nidi di purea di piselli o di fave o di fagiolini ...
10. Si possono anche creare nidi con pasta sfoglia o fillo o brisé e poi mettere sul loro fondo le verdure preferite oppure si possono preparare cestini-nido con fette di pancarré leggermente oliate, messe in forma e poi tostate nel forno
11. Quando le quaglie sono cotte, disporre ciascuna nel suo nido e irrorare leggermente con il sugo di cottura.





# VALDOSTANE ALLA PAOLO



## Ingredienti per 4 persone:

8 fette medie di manzo o bue adulto

4 fette di prosciutto cotto

2 etti di fontina valdostana

2 uova

panpesto

Sale e pepe q.b.

Spiedini di legno grandi e alcuni stuzzicadenti

1. Rifilare le fette di carne per renderle accoppiabili
2. Affettare la fontina
3. Appoggiare su una singola fetta di carne una fetta di prosciutto e alcune fettine di formaggio
4. Coprire con una seconda fetta e unire le due fette con due spiedini di legno grandi e, se risulta necessario, utilizzare anche uno o due stuzzicadenti per saldare bene il tutto
5. Ripetere l'operazione per ottenere le altre tre valdostane
6. Sbattere le uova in un piatto grande e versare il panpesto in un altro piatto simile
7. Impanare le valdostane e farle friggere nel burro fuso in una o due padelle grandi
8. Salarle, peparle e servirle calde, preferibilmente con contorno di spinaci.



