



MySocialRecipe

Questa ricetta è mia!



Ricetta N. RE001833

Registrata in data 31 Ott 2017 alle ore 11:35

da **LUCA NAPPI**

Livello di difficoltà: Facile

Piatto tipico della stagione: Autunno, Inverno

Come ti senti gustando la tua ricetta? Appagato

Quattrore

Il segreto della tenerezza della carne

Tempo di preparazione: 5 ore

Ingredienti per 4 persone

n. 2 guance di manzo da 500g
n. 2 carote
n. 2 coste di sedano
n. 2 cipolle ramate
n. 4 foglie di alloro
n. 4 spicchi di aglio
2l Taurasi
Farina q.b.
300 g di zucca
500 g di spinaci
n. 1 cavolfiore intero
500 g di panna fresca
Sale e pepe q.b.
n. 4 foglie di menta fresca
Aceto balsamico q.b.

Strumenti di cottura

Tegame alto, pentola per bollitura, tre padelle, frullatore a immersione.

Preparazione

Prendere le guance, rifilare il grasso e riporle in frigorifero. In un tegame alto andremo a mettere un filo di olio extravergine di oliva, la carota a cubetti, il sedano a cubetti, la cipolla a cubetti, l'aglio schiacciato incamiciato e l'alloro e lasceremo soffriggere. Prendiamo le guance, le spolveriamo con un po' di farina e le andiamo a sigillare in padella da entrambi i lati. Una volta sigillate, aggiungeremo le guance al fondo con le carote e il sedano e faremo rosolare per 2 minuti. Quando sono ben rosolate, aggiungiamo poi i 2 litri di Taurasi, o in alternativa di un Aglianico, aggiungiamo sale e pepe e lasciamo cuocere per 4 ore a fiamma molto bassa. Nel frattempo tagliamo la zucca a cubetti, la sbollentiamo per 1 minuto e la raffreddiamo. Prendiamo i cavolfiori, li mondiamo e li mettiamo a soffriggere nel burro, rosoliamo un po' e aggiungiamo la panna e facciamo cuocere per poi salare e pepare. Quando i cavolfiori sono cotti e morbidi li andiamo a frullare con un frullatore a immersione e li rendiamo una crema. Per gli spinaci invece metteremo in padella uno spicchio d'aglio e li salteremo velocemente, a fiamma medio-alta. Una volta cotti, serviamo le guance. Mettiamo sul fondo del piatto la crema di cavolo, ci adagiamo sopra gli spinaci saltati, arrotondandoli con una forchetta a mo' di spaghetti, e sopra metteremo la guancia. Alla fine aggiungeremo i dadini di zucca conditi a parte con olio, sale, aceto balsamico e menta fresca.

Vino consigliato

Cantine De Santis Hellenica Taurasi