



MySocialRecipe

Questa ricetta è mia!



Ricetta N. RE002751 - Ricetta d'Autore

Registrata in data 30 Gen 2019 alle ore 13:33

da GIOVANNI FRANGIOSA

Livello di difficoltà: Medio

Piatto tipico della regione: Campania

Piatto tipico della stagione: Inverno

Come ti senti gustando la tua ricetta? Energico

Ragù di involtino di cotenna, tracchie di maiale e salsiccia dei poveri

La ricetta in questione non è roba per palati raffinati o gourmet, L'origine di questa preparazione è da individuare nell'esigenza di utilizzare una parte del maiale, come la cotenna, che a parte qualche altro uso secondario (quella di pancia, più tenera, è ottima anche sui carboni ardenti, arrostita e condita solo con sale e pepe), non trova altra collocazione nella seppur ampia tradizione enogastronomica Sannita. Lo stesso discorso vale per le tracchie di maiale e ancor di più, ma più elaborata, è la preparazione della salsiccia dei poveri ossia di polmone, che nasce dall'utilizzare parti di polmone e carne più grassosa. Quindi le nostre nonne prima, e le nostre mamme poi, si ingegnarono a far sì che una congrua parte del maiale allevato nel corso dell'anno con notevoli sacrifici, non fosse buttata via. Anche perchè faceva gioco avere a disposizione almeno quindici o venti chili di cotica per maiale, da utilizzare anche per condire il sugo e prepararci pasta e fagioli. Noi abbiamo portato avanti questa tradizione dal 1975 ad oggi ovviamente non è per tutti. Lo proponiamo quando il gran freddo incalza e seduti a tavola è un piacere accompagnati da uno strutturato aglianico del Taburno

Tempo di preparazione: 160 minuti

Ingredienti per 4 persone

n. 4 pezzi medio grandi di cotenna (pulita dalla peluria e poco sgrassato)
n. 4 pezzi di salsiccia dei poveri
n. 4 /6 tracchie di maiale
prezzemolo
aglio
cipolla
n. 6 uova
200 g parmigiano
1l passata di pomodoro
olio e sale q.b.

Prodotti utilizzati

Prodotti selezionati dal vostro macellaio di fiducia

Strumenti di cottura

Pentola da bordo alto

Preparazione

Si inizia con la preparazione della frittata con uova, parmigiano, prezzemolo, aglio e sale e poi si avvolge all'interno della cotenna arrotolando e chiudendo ben stretta con spago da cucina. Nel frattempo prendere una pentola profonda e soffriggere l'olio con aglio e cipolla, pian piano inserire la cotenna ad involtino, le tracchie e la salsiccia. Ubriacare il tutto con un piccolo sorso di vino e man mano aggiungere la salsa. Successivamente cuocere a fuoco lento per un paio di ore .