

Secondi piatti

raccolta di ricette



A cura di
Maria Grazia
www.rugolo.com

Quella che segue è semplicemente una raccolta di ricette che ho trovato in rete o sui libri. Lo scopo vuole essere quello di aiutare a decidere in fretta cosa preparare o di provare nuovi piatti.

Alcuni li ho provati personalmente, altri sono stati scelti per gli ingredienti e la loro combinazione, perciò... sperimentate e...

BUON APPETITO!



MAIALE ALLA BIRRA

Ingredienti per 4 persone:

- 1000 g di carne di maiale
- 800 g di cipolle
- 5 cl di birra chiara
- 2 cucchiaini di olio d'oliva
- 20 g di burro
- timo
- prezzemolo
- sale
- pepe

Soffreggate la carne con sale e pepe, legatela e fatela rosolare in un tegame dove avete scaldato olio e burro. Ritiratela dal recipiente e disponete sul fondo di questo metà delle cipolle tagliate finemente, un cucchiaino di prezzemolo tritato, alcune foglioline di timo.

Lasciate ammorbidire le cipolle a fuoco medio, sopra adagiatevi di nuovo la carne, copritela con le restanti cipolle tagliate a fettine sottili, versate la birra, coprite.

Ponete il recipiente in forno preriscaldato a 170°C per due ore e mezzo.

Tagliate la carne a fette, fate restringere il sugo, se occorre, e versatelo sulla carne.

Servite.

ARISTA DI MAIALE AL FORNO

Ingredienti:

- Arista,
- aglio,
- salvia,
- rosmarino,
- alloro,
- prezzemolo,
- sale,
- pepe.

Preparare un trito con aglio, salvia, rosmarino, alloro, prezzemolo, sale e pepe.

Forare l'arista in più punti ed inserirvi il trito.

Avvolgere l'arista nel trito rimasto.

Cuocere in forno per 60' senza grassi con due bicchieri d'acqua e spruzzare con vino bianco.



ARISTA DI MAIALE ALLA PANNA

Ingredienti per 4 persone:

- 800 gr di arista di maiale,
- aglio,
- chiodi di garofano,
- rosmarino,
- 1 bicchiere di olio,
- 1/4 di panna,
- 1 bicchiere di liquore,
- sale,
- pepe.

Steccate l'arista con spicchi di aglio e una decina di chiodi di garofano e ungetela, legando poi sulla carne, con un sottile

filo bianco, qualche rametto di rosmarino.

Ponete l'arista in una pirofila, irroratela con olio e mettetela in forno già caldo a 200°.

Dopo 10 minuti di cottura, voltate la carne e fatela rosolare bene da ogni lato.

Intanto battete in una ciotola un quarto di panna con un bicchiere di liquore forte (cognac, rum o grappa a seconda delle

preferenze).
Quando l'arista cuoce già da mezz'ora, abbassate il forno a 170° e bagnate in un sol colpo con panna e liquore. Proseguite la cottura per altri 30 minuti, facendo attenzione che il fondo di cottura non asciughi troppo e girando la carne di tanto in tanto.

Se il sugo dovesse ridursi troppo, unite pochissima acqua tiepida.

In ultimo regolate di sale e pepe a gusto, assaggiando il sugo.

Togliete la carne dal recipiente, passate il sugo di cottura al frullatore, affettate la carne, copritela con il sugo e passate il piatto di portata in forno per qualche istante prima di servire, molto caldo.

ARISTA PICCANTE

Ingredienti per 4 persone:

- 1000 g di arista di maiale
- 1 peperoncino piccante
- 2 spicchi di aglio
- 1 cucchiaino di aghi di rosmarino
- 4 foglie di salvia
- 1 ciuffo di prezzemolo
- 1 ramo di timo
- 1 bicchiere di vino bianco
- 20 cl di brodo
- 4 cucchiaini di olio d'oliva
- prezzemolo tritato
- 1 pizzico di sale
- 1 macinata di pepe

Legare la carne, in modo che resti compatta.

Tritate il prezzemolo, la salvia, il rosmarino e il timo, insaporire con un pizzico di sale, una macinata di pepe e mescolate il tutto.

Strofinare con questo composto la carne.

Scaldare l'olio in una casseruola dal fondo spesso, unire il peperoncino sbriciolato e l'aglio mondato.

Quando l'aglio sarà leggermente dorato, unire la carne e farla rosolare in modo uniforme.

Quando la carne avrà formato una leggera crosticina, bagnare con vino e coprire.

Cuocere a fuoco basso per circa 50 minuti, girando la carne spesso e irrorando con il fondo di cottura, e un po' di brodo se serve.

Servire la carne a fette.



BRACIOLETTE DI MAIALE

Ingredienti per 4 persone:

- 4 bracioline di maiale ben battute,
- 80 g di pecorino,
- 1 mazzetto di prezzemolo,
- 2 spicchi d'aglio,
- 40 g di strutto,
- sale,
- pepe,
- 80 g di salsa di pomodoro.

Cospargere le bracioline con scaglie di pecorino e fettine di aglio.

Avvolgerle ad involtino, fermarle legandole con un sottile spago da cucina.

Cuocerle nello strutto, a metà cottura salare e pepare.

Verso la fine coprire gli involtini con la salsa, abbassare il fuoco e continuare la cottura fino a quando la salsa non si sarà ridotta leggermente.

BOCCONCINI DI POLLO

Ingredienti per 4 persone:

- 500 g di petto di pollo
- 1 cipollina
- 1 spicchio di aglio
- 100 g di olive verdi snocciolate e affettate
- basilico tritato
- prezzemolo tritato
- vino bianco
- burro
- olio d'oliva
- sale

Porre 1 recipiente per rosolare nel forno alla massima potenza per 5 minuti.

Intanto tagliare a dadi il pollo, metterli insieme con il burro e olio, nel recipiente, lasciandoli rosolare per 5 minuti.

Affettare la cipollina e tritare l'aglio, unirli al pollo, mescolare e proseguire la cottura a calore più basso per altri 5 minuti.

Irrorare poi con il vino e unire le olive.

Dopo 2 minuti salare, unire prezzemolo e basilico tritati e mescolare bene.



BOCCONCINI DI POLLO CON LE OLIVE

Ingredienti per 4 persone:

- 600 g di petto di pollo,
- 250 g di polpa di pomodoro,
- 1 cipolla,
- 30 g di burro,
- sale,
- 50 g di olive verdi snocciolate,
- 50 g di olive nere snocciolate.

Sbucciate la cipolla e affettatela sottilmente, poi tagliate il petto di pollo a bocconcini.

Fate fondere in una casseruola il burro, unitevi la cipolla affettata e lasciatela appassire per circa 4 minuti a fuoco basso.

A questo punto alzate la fiamma, unite il pollo, aggiungete le olive verdi e nere snocciolate.

Mescolate con cura per un paio di minuti, utilizzando un cucchiaino di legno, in modo da rosolare uniformemente la

preparazione.

Salate, unite la polpa di pomodoro e lasciate cuocere per una decina di minuti a recipiente coperto, poi scoperchiate, portate a cottura (occorreranno altri 5 minuti) e servite in tavola.

TACCHINO ALLE ERBE AROMATICHE

Ingredienti per 4 persone:

- 1 coscia di tacchino (900 g)
- 80 g di burro
- 1/2 limone
- prezzemolo
- dragoncello
- timo
- rosmarino
- maggiorana
- basilico
- menta
- salvia
- alcuni cucchiaini di olio d'oliva
- sale
- pepe

Tritate finemente le erbe aromatiche regolandovi per la quantità secondo il vostro gusto.

Mescolatele con 60 g di burro in precedenza ammorbidito e con il succo del limone filtrato al colino, salate e pepate.

Togliete la pelle alla coscia di tacchino facendo in modo che resti intera.

Spalmate il burro aromatizzato sulla carne, riavvolgetela nella sua pelle e legate il rotolo con alcuni giri di spago bianco da cucina.

In un tegame scaldate alcuni cucchiaini d'olio e il restante burro, poi rosolatevi la coscia facendola colorire da ogni parte.

Coprite e cuocete per un'ora abbondante.

Se necessario aggiungete un po' d'acqua calda.

Servite la carne tagliata a fettine ricoperte con il sugo.

Contorno consigliato : patatine.



TACCHINO AGLI AROMI

Ingredienti per 4 persone:

- 700 g di cosciotto di tacchino,
- 1 bicchiere di vino rosato,
- 1 dado vegetale,
- un rametto di salvia,
- un rametto di rosmarino,
- qualche bacca di ginepro,
- 1 spicchio d'aglio,
- 1 foglia d'alloro,
- sale e pepe.

Facoltativo:

- 1/2 cucchiaino di uvetta passa e 8 pinoli.

Farsi preparare dal macellaio il tacchino disossato e senza pelle. Tritare gli aromi e impastarli con dado, pepe e un pò di vino. Bagnare il cosciotto con il vino e cospargerlo con il trito. Lasciare marinare il preparato per mezza giornata in frigorifero. Rivestire una teglia con carta da forno; collocarvi il tacchino con gli aromi. Sigillare con carta d'alluminio, cuocere per un'ora in forno a 200°. Scoperchiare e restringere il sugo per 5 minuti. Servire a fette, guarnendo con pinoli e uvetta.

ARROSTO DI VITELLO AROMATICO

Ingredienti per 4 persone:

- 800 g di carne di vitello,
- 600 g di zucchine,
- 1 cipolla,
- 1 bicchiere di vino bianco,
- brodo,
- 1 mazzetto di prezzemolo,
- 1 mazzetto di basilico,
- 1 cucchiaino di semi di finocchio,
- olio,
- burro.

Rosolare la carne in olio e burro.

Unire la cipolla e farla appassire, bagnare con il vino e far evaporare.

Cuocere lentamente unendo poco alla volta un po' di brodo caldo.

Tagliare a bastoncini le zucchine, rosolarle in olio e burro e unirle alla carne quando sarà a metà cottura.

Unire gli aromi e terminare la cottura.



ARROSTO DI VITELLO AL FORNO

Ingredienti per 4 persone:

- da 800 gr. a 1 kg. di noce di vitello,
- 30 gr. di burro,
- un rametto di rosmarino,
- 2 spicchi di aglio
- 1 dl e 1/2 di vino bianco secco,
- olio,
- sale,
- pepe.

Legate la carne con uno spago sottile per mantenerla in forma durante la cottura, incidetela in 2 punti con un coltello a

lama appuntita e infilate nella carne gli spicchi di aglio e i rametti di rosmarino; salatela e pepatela.

Mettetela in una casseruola con il burro e qualche cucchiata di olio e ponete il recipiente sul fuoco.

Fate rosolare la carne a calore vivace per qualche minuto, rigirandola spesso.

Quando si presenterà ben colorita, bagnatela con il vino bianco e lasciatelo evaporare.

Passate il recipiente in forno (o proseguite la cottura sul fornello a fuoco lento) e lasciate cuocere la carne per un'ora e mezzo circa.

Durante la cottura, aprite il forno ogni tanto e cospargete la carne con il sughetto che raccoglierete con un cucchiaio.

Se necessario, aggiungete acqua o brodo.

Sgocciolate la carne dal sugo, affettatela in parte, disponete le fette su un piatto collocandovi accanto il pezzo intero e

irrorate con il sughetto.

Se volete trasformare questo semplice arrosto in un piatto raffinato, steccate la carne con un etto di pancetta acquistata

in un sol pezzo e un piccolo tartufo nero, entrambi tagliati a filetti.

ARROSTO AL LATTE

Ingredienti per 4 persone:

- 1/2 kg di sottonoce di vitello,
- 1/2 l di latte,
- 300 g di patate,
- 20 g di burro,
- 2 foglie di alloro,
- 1 carota,
- sedano,
- basilico,
- sale.

Soffriggere nel burro la carota, il sedano, l'alloro e il basilico tritati.

Unire la carne e farla dorare, salare, coprirla con il latte e cuocere per 1 ora.

Aggiungere le patate tagliate a pezzi e cuocere per un'altra 1/2 ora.

Tagliare l'arrosto a fette, coprirlo con la salsa di cottura e contornare con le patate.



VITELLO AI PEPERONI

Ingredienti:

- 2 peperoni,
- 1 cipolla,
- 2 carote,
- 40 g di olive verdi farcite,
- 100 g di piselli lessati,
- 1 kg di noce di vitello,
- 10 g di burro,
- senape,
- Worchester,
- rosmarino,
- salvia,
- aglio,
- 2 cucchiaini d'olio,
- 1 tazza di brodo,
- 1/2 bicchierino di cognac,
- sale.

Legate la carne con uno spago, spalmatelo con un velo di senape e infilate sotto lo spago l'aglio, lo salvia e il rosmarino.

Spruzzatela con la salsa e mettetela in una teglia imburrata.

Irroratela con un filo d'olio e infornatela a calore massimo per dieci minuti, poi bagnatela con il brodo e il cognac.

Abbassate il termostato a metà e cuocetela per altri 50 minuti.

Nel frattempo lavate e tagliate i peperoni e le carote poi cuoceteli al vapore.

Fate dorare la cipolla a rondelle in un tegame con un filo d'olio e due cucchiaini d'acqua.

Unite i peperoni, le carote, i piselli, le olive tagliate a metà e saltate il tutto.

Sfornate l'arrosto, tagliatelo a fette e disponetele su un piatto da portata.

Raccogliete il fondo di cottura, unitelo alle verdure, mescolate.

Disponete anche le verdure nel piatto da portata.

Nota: se il sapore del Worchester non vi piace, potete farne a meno.

VITELLO AL SALE

Ingredienti per 4 persone:

- 900 g di noce di vitello
- 2000 g di sale grosso
- burro
- erbette

Foderate una teglia dai bordi abbastanza alti con un foglio di alluminio.

Coprite il fondo con uno spesso strato di sale, appoggiatevi sopra la carne e copritela per bene con tutto il sale necessario.

Scaldate il forno a 200°C e fate cuocere la carne per un'ora abbondante a 180°C.

Ritirate, spezzate la crosta ispessita del sale, togliete la carne, tagliatela a fette e servite con erbette passate al burro.



VITELLO ALLO YOGURT

Ingredienti per 4 persone:

- 600 g di vitello in un solo pezzo,
- 50 g di burro,
- 1 spicchio d'aglio,
- 1/2 l di yogurt naturale,
- brodo di dado,
- sale,
- pepe.

Sciogliere il burro e rosolarvi la carne, coprirla con il brodo e farla cuocere per circa 1 ora.
Mescolare lo yogurt con uno spicchio di aglio finemente tritato, un pizzico di sale e di pepe.
Versare il tutto sull'arrosto poco prima di togliere dal fuoco.

