

CANNAMELA

## Capriolo arrosto con salsa di ribes



# Ingredienti

- 300g sella di capriolo
- 100g cipolla
- 30g aceto di vino
- 200g vino rosso
- 50g lardo a fette
- 1 cucchiaino rosmarino in foglie CANNAMELA
- 1/2 cucchiaino Alloro frantumato CANNAMELA
- 1/2 cucchiaino pepe nero macinato CANNAMELA
  
- 30g olio extravergine di oliva
- qb sale
- Salsa ribes:
  - 100g ribes
  - 20g zucchero
  - 10g aceto



Porzioni  
3 persone



Portata  
Secondo



Tempo  
30 minuti



Difficoltà  
Media



Cottura  
In forno



Kcal per  
persona  
458\*

\* Calorie calcolate da Quadò Editrice Srl (software Easydiet aggiornamento 2007)

I nostri partner

**DOLCI CUCINA**



## Preparazione

- 1** Salsa al ribes: far sobbollire per 5 min i frutti di ribes con poco zucchero.
- 2** Aromatizzare con l'aceto e frullare. Conservare a parte.

- 3 Cospargere la sella di capriolo con mezzo cucchiaino di pepe nero macinato CANNAMELA.
- 4 Porre la carne in una terrina con l'aceto e mezzo cucchiaino di alloro frantumato CANNAMELA.
- 5 Completare l'aromatizzazione con 60 g di cipolla a velo, 1 cucchiaino di rosmarino in foglie CANNAMELA e il vino rosso.
- 6 Lasciare marinare per 10-12 ore.
- 7 Sgocciolare la carne e asciugarla.
- 8 Spennellare la carne con olio e cospargere nuovamente con 1 cucchiaino di rosmarino in foglie CANNAMELA.
- 9 Fasciare la carne con il lardo e disporla in una teglia da forno.
- 10 Distribuire la cipolla a velo intorno alla carne, irrorare con l'olio e infornare a 190°.
- 11 Dopo 10 min di cottura, sfornare rapidamente e sfumare con il vino filtrato. Rimettere in forno e proseguire la cottura ancora per 5 min (il cuore della sella dovrà restare rosato). Sfnare e salare.
- 12 Servire la carne a fette irrorata con il fondo di cottura e accompagnata con la salsa.