

# L'UOMO È CACCIATORE

...ma se poi non lo è, basta andare dal macellaio per trovare dell'ottima selvaggina

Il passaggio dall'autunno all'inverno è la stagione d'oro per gustare dell'ottima selvaggina; non è necessario frequentare le riserve di caccia per trovare delle ottime carni: con un po' di pazienza le trovi anche da un macellaio ben fornito. La selvaggina ha una carne molto sostanziosa, ricca di proteine e povera di grassi, perciò può anche diventare un piatto (forte) unico, ed è di due tipi: di pelo (quadrupedi) o di penna (volatili). Per qualche giorno dovrai tenere il tuo fagiano o il tuo pezzo di cinghiale a frollare nel frigorifero (ma se acquisti la carne da un macellaio non è necessario). La frollatura può variare da un minimo



di quattro giorni a una settimana, e serve per ammorbidire la carne ed eliminarne l'eccessivo sapore "selvatico", magari aromatizzandola con vino, erbe aromatiche e odori come alloro, rosmarino, salvia, chiodi di garofano e bacche di ginepro.



## FROLLATURA E COTTURA: 3 RICETTE FACILI



### ■ Spezzatino di cinghiale

■ Dopo una frollatura di 6 giorni, taglia la carne in piccoli pezzi e marinala per 10 ore con vino, aceto, rosmarino, salvia e sale. Falla rosolare con olio, aglio, rosmarino, alloro e vino bianco secco. ■ Quando questo è evaporato, aggiungi pomodoro fresco e conserva in parti uguali e sale, e porta a cottura lentamente aggiungendo acqua per quanto basta. ■ Per contorno, fai rosolare in padella o in forno delle patate tagliate a spicchi con uno spicchio d'aglio grattugiato e un rametto di rosmarino, e se vuoi esagerare aggiungi al contorno anche dei fagiolini in umido.



### ■ Fagiano alla cacciatora

■ Dopo una frollatura di 4 giorni, taglia a pezzi il fagiano dopo averlo pulito. Mettilo in casseruola e fallo rosolare da tutte le parti con olio extravergine d'oliva, poi cospargilo con un trito di aglio e rosmarino. ■ Cuoci ancora per 15-20 minuti, bagnando con vino e aggiustando di sale e pepe. ■ Aggiungi acqua e passata di pomodoro. ■ A fine cottura aggiungi qualche oliva nera. ■ Come da tradizione, il miglior contorno per il fagiano alla cacciatora è una bella fetta di polenta, meglio se scottata alla piastra.



### ■ Lepre in salmi

■ Dopo una frollatura di 5 giorni e una marinatura in vino rosso di un giorno, taglia la lepre in pezzi non troppo grandi, infarinati e falli rosolare in padella con burro e cipolla tritata. ■ Aggiungi della pancetta tritata, cipolline, vino e verdure a piacere, le interiora della lepre tritate e cuoci a fuoco moderato per un paio d'ore. ■ Se la salsa che si sarà creata durante la cottura non dovesse essere abbastanza densa o saporita sfumala con un po' di Marsala. ■ Accompagna con polenta, patate o zucchine, meglio se insaporito da un pizzico di tartufo.

## 5 BOTTIGLIE PER LA CACCIAGIONE

### DOLCETTO DUECORTI

Tenute Costa Dalle Langhe, un giovane vino rosso rubino, con note di frutta fresca, semplice ed elegante.

Prezzo: 6 euro



### PEZZO MORGANA

Masseria Li Veli Negroamaro 100% per questo Salice salentino Doc, rotondo, caldo e morbido che prende nome dal vigneto.

Prezzo: 15 euro



### PRUNO

Drei Donà Un Sangiovese riserva dal cuore della Romagna, perfetto per la cacciagione. Con note di sottobosco, austero e dinamico.

Prezzo: 22 euro



### VIGNAMORELLO

La Tosa Da Barbera (60%) e Bonarda (40%), questo Gutturino Colli piacentini Doc dagli aromi speziati, immediato e di carattere solare.

Prezzo: 18,50 euro



### FELD

Erste & Neue Kellerei Composto di Cabernet Sauvignon (60%) e Merlot (40%), si presenta rosso granato intenso con ampi sentori di frutta rossa.

Prezzo: 9,50 euro



**GULP! ▶▶ 40**

PERCENTO: la riduzione media del prezzo dei menù *prix fixe* (prezzo fisso tutto compreso) offerti dai ristoranti parigini e, più in generale, francesi. Questa strategia si è resa necessaria per fronteggiare il drastico calo delle presenze dovuto alla crisi economica.

