



ASSOCIAZIONE MICOLOGICA BRESADOLA

GRUPPO MICOLOGICO CARLO VITTADINI - SEGRATE



SECONDI PIATTI DI CARNE

NARRIAMO LE NOSTRE CENE

RICETTE FRA PRATI E BOSCHI

Spiedini di castrato, mousse di ceci e insalata mediterranea alla menta

INGREDIENTI:

1 kg di polpa di castrato.
500 g di ceci.
6 spicchi d'aglio.
Pepe nero macinato.
Cumino romano macinato.
Tabasco.
Un pizzico di origano.
Un mazzetto di crescione d'acqua.
Menta secca e menta piperita fresca.
2 cipollotti freschi.
1 cipolla rossa.
5 peperoni rossi e gialli.
500 g di pomodori maturi.
Qualche goccia di salsa Worcester.
6 foglie di basilico fresco.
Il succo di 2 limoni.
Un cucchiaino di aceto bianco.
Olio extravergine d'oliva.
Sale.

PREPARAZIONE

Tagliate la carne a dadotti e marinatela per qualche ora con pezzi di cipolla e peperone rosso in olio extravergine aromatizzato con il succo di spicchi d'aglio, il tabasco, l'origano, menta secca, cumino, pepe e poco succo di limone. Ultimata la marinata infilate la carne in spiedini alternandola a pezzi di cipolla e peperone rosso e giallo; cuoceteli in graticola o in forno al sangue salando alla fine. Tagliate a dadolini piccolissimi i pomodori, i cipollotti, poca cipolla rossa, il rimanente peperone rosso e giallo. Condite con olio, limone, aceto bianco, menta secca, menta piperita, origano, tabasco, salsa Worcester, pepe nero, basilico fresco e sale. Frullate i ceci che avrete fatto cuocere, unendo succo di limone, aglio, pepe nero, cumino, tabasco e sale. Diluite con olio extravergine d'oliva a filo, sino ad ottenere una mousse morbida. Servite su piatti di portata con da un lato la mousse di ceci, dall'altro l'insalatina ed al centro gli spiedini molto caldi appoggiati su un letto di crescione.

EDIZIONE
IDEA NATURA
MILANO