

Polpettone brasato con verdure invernali



Cosa mettere in tavola per il pranzo della domenica?

Sicuramente come piatto forte che soddisfi tutti; dal pollo arrosto all'arrocolato ripieno oppure, e non va certo dimenticato, il polpettone!

Un piatto di carne che, complici altri ingredienti (pane e verdure) può essere veramente abbondante e in grado di accontentare tutti.

In genere io lo preparo al forno, appoggiato su di una griglia e avvolto nella pancetta o nella rete di maiale.

Ma non disdegno per questo la versione brasata che, circondata dalle verdure, assume un sapore più ricco e nello stesso tempo delicato.

E ricco di un sugo di cottura ideale per accompagnarsi a una bella polenta.

Vista la stagione, poi, qui lo propongo con un misto di tuberi invernali: carote d'ogni tipo e pastinaca; e volendo si possono anche aggiungere rape e patate.

Io lo preparo così e insieme, cominciando come sempre dagli ingredienti, iniziamo a cucinare!
Ingredienti:

macinata di manzo	g	800
pane bianco	fette	2
latte	CT.	3
burro / olio EVO	CT.	1
cipolle	pz.	2
aglio	spicchio	1
prezzemolo tritato	CT.	3
uovo	pz.	1
senape	CT.	2
sale	ct.	2
pepe	presa	2
<i>nonché</i>		
burro chiarificato / o olio EVO	CT.	1
carote	g	150
carote viola	g	150
carote gialle	g	150
pastinaca	g	200
vino rosso	cc	200
brodo di carne	cc	100
alloro	foglia	1
sale e pepe		QB.

Preparazione:

Preparare tutti gli ingredienti sul bancone. Bagnare col latte le fette di pane tagliate a dadoloni e tenerle da parte.

Lavare tutte le verdure. Passare le carote con un panno abrasivo (o con gli appositi guanti) e pelare la pastinaca.

Tagliare in tronchetti carote e pastinaca e quindi dividerle in quattro per il lungo.

Tritare grossolanamente cipolla e prezzemolo. Rosolarli in padella con poco olio aggiungendo anche lo spicchio d'aglio spremuto per una decina di minuti scarsi.

Versarli nel mixer insieme a un uovo e parte della carne e macinarli bene.

Passare poi anche tutto il macinato di manzo nel mixer: in questo modo si otterrà un polpettone ben compatto.

Mescolare molto bene la carne e il trito di cipolla prezzemolo e aglio aggiungendo anche il sale, il pepe e la senape.

Lavorare l'impasto fino a ottenere un polpettone lungo una ventina di centimetri. Avendone a disposizione avvolgere la carne in una rete di maiale (io la prendo dal macellaio): resterà più morbida e non rischierà di sfaldarsi (*non è comunque fondamentale: se la carne è stata ben impastata si otterrà comunque un bel polpettone compatto; io spesso non la uso*).

Ora bisogna rosolare la carne e poi le verdure: l'ideale è utilizzare una padella, per questa prima fase e, solo dopo, quando si procede con la cottura finale, utilizzare una casseruola pesante con coperchio.

(io a volte, un po' per pigrizia e un po' confidando nella mia abilità nel girare la carne nella casseruola per rosolarla bene a volte - come in queste foto - non lo faccio. Ma è molto più facile e sicuro farlo in padella!)

Pertanto... rosolare la carne su tutti i lati in poco burro (o, se si preferisce olio EVO) e quindi trasferirla in casseruola.

Scolare il grasso rimasto nella padella, senza pulirla, e rosolarvi le verdure per alcuni minuti.

Quindi trasferirle nella pentola disponendole tutt'intorno al polpettone.

Accendere la fiamma al massimo e bagnare col vino rosso. Farlo sfumare.

Versare il brodo e aggiungere l'alloro. Portare a ebollizione, coprire e lasciare appena sobbollire, a casseruola chiusa (io per queste cotture prediligo una bella pentola di ghisa) per una cinquantina di minuti.

Il polpettone a questo punto è pronto.

Lasciarlo intiepidire a pentola aperta e poi ancora qualche minuto sul tagliere e poi affettare.

Disporre le fette nei piatti accompagnate dalle verdure e bagnare con un poco del sugo di cottura.

Ottimo se servito insieme a una bella polenta fumante o in alternativa a una purea di patate.

Buon appetito!