



RICETTA: MAIALE IN MOSTARDA

di Elisabetta Coniglio



Cominciamo con lo sfatare un mito : **la carne di maiale e' grassa**

In effetti il maiale è un animale grasso, però contrariamente alla carne di bovino contiene poche particelle di grasso tra i muscoli ed è facile liberarli dai comunemente detti grassetti laterali ottenendo una carne magra e meno calorica di altra.

Maiale in mostarda

Semplicissimo piatto di facile riuscita

Ingredienti:

- *filetto di maiale*
- *sale*
- *pepe*
- *rosmarino*
- *aglio*
- *mostarda se è possibile in grani (in francese detta all "ancienne")*

Procedimento:

tagliare la carne a medaglioni spessi circa due dita, dopo averli massaggiati con sale, pepe, rosmarino e aglio schiacciato lasciarli riposare per almeno mezz'ora (1 ora sarebbe meglio).

Insaporitosi il nostro maialino è pronto per essere saltato in padella a fiamma media, attenzione a non cuocerlo troppo altrimenti la carne perderà la sua dolcezza.

Verso la fine della cottura spruzziamo un po' di brandy e lasciamo evaporare, togliamo la carne dalla padella disponendola nel piatto da portata, rimettiamo la padella sul fuoco, e aggiungiamo un po' di brandy mescolando con un cucchiaino di legno (allo scopo di amalgamare l'alcool con quello che resta della cottura della carne); infine aggiungiamo un paio di cucchiaini di mostarda, amalgamiamo il tutto rapidamente, e lo disponiamo sulla carne ancora calda.

Questo piatto si presta ad essere accompagnato da funghi trifolati, patate al forno, riso alla cubana (vedi ricetta a parte)