
Slunch di filetto di maiale

Autore: Max Fattorini

Fonte: Web

Una specie di merenda-aperitivo, in pratica una cena leggera, diciamo più sostanzioso di un aperitivo e più informale di una cena. Un piatto semplicissimo da preparare ma gustosissimo, con erba cipollina e riduzione di aceto balsamico! Dal blog [La piccola casa](#)

Innanzitutto **Slunch** non è né una parolaccia straniera né un errore di grammatica (al limite è un errore lessicale...). Slunch è un neologismo inglese, soprattutto una nuova tendenza gastronomica, è una specie di merenda-aperitivo, in pratica una cena leggera, diciamo più sostanzioso di un aperitivo e più informale di una cena, ideale di domenica. Il termine deriva dalla fusione di "supper" (cena) e lunch (pranzo), potrebbe essere anche assimilato ad una apericena, ovvero le cene aperitivo che stanno comparando un po' tutti i locali. Va da sé che i piattini presentati sono un po' più "consistenti" rispetto a quelli classici dell'aperitivo, d'altronde devono sostituire una cena... Pensando a cosa preparare per uno slunch leggero ma saporito ho ideato queste semplici coppette di filetto di maiale con dell'erba cipollina ed una riduzione di aceto balsamico, un piatto semplicissimo da preparare ma gustosissimo! La ricetta è molto facile da preparare, e il filetto di maiale risulta saporito e morbido come il suo più illustre cugino, il filetto di vitello, solo che ha un rapporto qualità/prezzo molto vantaggioso, a Genova lo si trova facilmente intorno ai 10/11 euro. Ecco quindi la ricetta per questo ottimo filetto di maiale con erba cipollina e riduzione di balsamico per il vostro Slunch! **Ingredienti per 4 persone:** un filetto di maiale non molto grande o un pezzo di circa 400 gr alcuni steli di erba cipollina aceto balsamico di Modena olio extra vergine di oliva un po' di Porto rosso (a piacere) sale Incominciare preparando la riduzione di balsamico, versandone alcuni cucchiaini (io ne ho versati 4) in un piccolo tegamino, aggiungendo aromi a piacere (io ho aggiunto un cucchiaino di un buon porto rosso), portare quindi ad ebollizione con una fiamma molto morbida, mescolando e terminando la cottura una volta giunti alla consistenza desiderata (per rendere un po' più denso potete mettere un cucchiaino di miele). Rifilare il filetto eliminando l'eventuale grasso in eccesso quindi tagliarlo a fettine spesso un dito, quindi nebulizzare un velo d'olio sulla bistecchiere e cuocere i medaglioni di filetto a fiamma vivace insieme ad una presa di sale grosso, pochi minuti bastano, non esagerate con la cottura! Spostare le fette di filetto cotto su di un tagliere e tagliatele a cubetti (le dimensioni di un piccolo boccone), riempire i contenitori con la carne e versarci sopra un po' di riduzione di balsamico, quindi un trito di erba cipollina e un filo di olio extravergine di oliva! Buon Slunch a tutte e tutti! Dal blog [La piccola casa](#)