

---

# Filetto di maiale con mirtilli e melograno

**Autore:** Massimiliano Fattorini

**Fonte:** Città Nuova

**Una ricetta sfiziosa, che unisce al filetto di maiale il sapore agro del melograno e quello dolce dei mirtilli, il tutto bagnato, per un tocco in più, da un'ottima tequila. Dal blog "La piccola casa" di Massimiliano Fattorini**

Piccoli cuochi crescono era il sottotitolo che avrei voluto usare per questa ricetta, scrivendolo, però, mi sono reso conto che il titolo sarebbe alla fine risultato parecchio lungo. Visto che però è giusto dare a Cesare quel che è di Cesare, non posso non citare la mia piccola aiutante, la mia vera junior master chef: [mia figlia Ginevra](#), che a quattro anni e mezzo è ormai la mia assistente in cucina. Questa volta il suo compito, eseguito alla perfezione, è stato quello di pulire e sgranare uno dei classici frutti di questo periodo natalizio, il melograno. Ho pensato di usare i suoi bellissimi grani, che anche la piccola Ginevra ha paragonato a dei bellissimi rubini, abbinandoli a dell'ottimo filetto di maiale. Il loro sapore acidulo ben si sposa con la carne: in Iran, ad esempio, ci sono ottime ricette come la khoresh-t-e fesenjan, un stufato di pollo con salsa di noci e melograno. Per far risaltare la nota frutta ho aggiunto anche degli ottimi mirtilli e per dare un sapore un po' diverso ho bagnato il tutto con un'ottima tequila blanca.

Un piatto davvero semplice e una ricetta veloce da preparare ma molto gustosa e ricca di sapore. Ecco quindi come cucinare questo ottimo filetto di maiale saltato in padella con mirtilli e melograno al profumo di Tequila:

## Ingredienti per quattro persone

filetto di maiale  
un cucchiaio di mirtilli  
un cucchiaio di bacche di melograno  
un cipollotto  
uno spicchio d'aglio  
alcuni rametti di origano fresco  
olio extravergine di oliva  
un bicchierino di Tequila  
sale e pepe nero

Aprire e sgranare il melograno (io in questo caso ho potuto avvalermi del prezioso aiuto della mia piccola collaboratrice Ginevra con l'unico problema che molti grani sparivano), sciacquare i mirtilli e metterli da parte. Levare il grasso in eccesso dal filetto di maiale e tagliarlo a fette spesse circa un dito. Farlo andare in una padella molto calda, facendolo abbrustolire dai due lati per un paio di minuti, quindi levarlo dalla padella e metterlo da parte, coperto con un po' di stagnola; questa operazione è importante in quanto questa prima rapida cottura a fiamma alta fa sì che, intorno alla carne, avvengano le famose reazioni di Maillard che sono responsabili, tra le varie cose, del tipico gusto di

---

carne alla brace. Inoltre la temperatura fa sì che le fette di carne si "sigillino" e mantengano all'interno i loro succhi rimanendo più morbide.

Tagliare poi a fettine il cipollotto quindi farlo andare con un paio di cucchiai d'olio nella padella dove si è fatta abbrustolire prima la carne, aggiungere le fettine di filetto, bagnare con la tequila, aggiungere il melograno e i mirtilli e cuocere per qualche minuto, aggiustare di sale e pepe quindi servire al centro dei piatti e decorare con qualche rametto di origano fresco.

Buon appetito a tutte e tutti!