
Vitellone con i carciofi

Autore: Max Fattorini

Fonte: Città Nuova

La descrizione di un “non stufato”, data l’assenza delle patate, più leggero e ugualmente gustoso, profumato con senape e pepe rosa

Non è la prima volta che cimento in una ricetta di un “non qualcosa”, lo so, può sembrare una contraddizione, quasi una “non ricetta”, ma voi uno stufato senza patate come lo chiamereste? L’idea mi è venuta incominciando una pratica consolidata in casa mia: l’operazione svuota freezer, in questo periodo dell’anno lanciamo un classico turn over delle scorte, materie prime, acquistate durante l’anno e lasciate nelle nevi eterne del congelatore. In particolare gli ingredienti principali di questo piatto escono proprio dalla ghiacciaia.

Visti gli ingredienti che avevo a disposizione, ho pensato subito allo stufato, solo che non volevo appesantirlo con le patate e la loro massa amidosa, e così è nato questo semplice “non stufato”, utilizzando un bel pezzo di vitellone e dei cuori di carciofo che avevo congelato in precedenza.

Ingredienti per due persone

un pezzo di vitellone di circa 500 gr da stufato/spezzatino

un decina di cuori di carciofo

una manciata di funghi secchi

vino rosso (io avevo un ottimo dolcetto di Dogliani)

cipolle, carote, sedano e aglio tritati (io spesso preparo il trito e lo congelo)

sale

noce moscata

semi di senape

pepe rosa

olio evo

Mettere a bagno nel vino rosso i funghi per una mezz’oretta, intanto tagliare la carne a pezzettoni e far rosolare per alcuni minuti in casseruola insieme al trito di verdure e 4 cucchiaini di olio evo (sapete tutti che evo significa semplicemente Extra Vergine di Oliva, vero? Io all’inizio non lo sapevo...), quindi versare due bicchieri di vino rosso, i cuori di carciofo (quelli più grossi tagliateli a spicchi) e i funghi ammollati, coprire e cuocere a fiamma moderata per 40 minuti, eventualmente aggiungendo ancora un po’ di vino rosso se asciuga troppo. Passato il tempo, aggiustare di sale, grattare un po’ di noce moscata, aggiungere un cucchiaino di semi di senape e un po’ (a piacere) di bacche di pepe rosa. Terminare la cottura per altri dieci minuti facendo svaporare leggermente.

Sistemare al centro del piatto e buona “operazione svuota freezer” a tutte e tutti!

Dal blog [La piccola casa](#)