

LA RICETTA

## Insalata di cappone

CULTURA

23\_03\_2022



Dedichiamo la ricetta di oggi nuovamente alla Lombardia, visto che il pittore del quale abbiamo parlato nell'articolo era nativo di quella regione. L'insalata di cappone è un'antipasto ricco tipico delle feste.

**Il cappone è un pollo maschio che è stato castrato per fargli acquistare** maggiore peso e soprattutto morbidezza della carne. Per questa ricetta bisogna bollire la carne

del cappone e se ne ricava un brodo ricco e molto gustoso perfetto per accompagnare i tortellini in brodo.

#### Ingredienti

1 Petto di cappone

3 coste Sedano

Olio di oliva

Aceto balsamico

Sale

15 Olive verdi

50 g Fontina

2 cucchiaini di grani di melograno

#### **Preparazione**

Fate bollire il petto di cappone per circa 25 minuti in abbondante acqua con un pezzo di cipolla e di carota.

Scolate e fate raffreddare il petto di cappone dopodiché sfilettate la carne.

Lavate il sedano e riducetelo a tocchetti piccoli.

Trasferite la carne sfilettata in una ciotola capiente, aggiungete le olive tagliate a metà e il sedano tagliato a pezzetti.

Unite il formaggio tagliato a cubetti.

In una ciotolina miscelate l'olio d'oliva, con l'aceto balsamico e versate sull'insalata di cappone.

Mescolate per bene l'insalata in modo da farla insaporire per bene e decorate con i grani di melograno prima di servire..