

Sella di Capriolo

Ricetta presentata da: *Kathi Rüegger - Tulipani*

Obiettivi del corso:

- Preparazione della “Sella di Capriolo” al forno
- Contorni per selvaggina
- Dessert “pere al Merlot con cannella”

Contenuto del corso (*indice*):

- | | | |
|-----|--|-------------------|
| 1. | Conoscenza delle parti di carne necessarie alla preparazione della “Sella di Capriolo” | <i>pag. 2</i> |
| 2. | Ingredienti necessari alla preparazione della Sella di capriolo al forno | <i>pag. 3</i> |
| 3. | Procedimento, preparazione e presentazione della Sella di capriolo al forno | <i>pag. 3 - 5</i> |
| 4. | I contorni: | |
| 4.1 | Gli Spätzli & Knöpfli | <i>pag. 6</i> |
| 4.2 | Mele ai mirtilli | <i>pag. 7</i> |
| 4.3 | Albicocche alla crema di castagne | <i>pag. 7</i> |
| 4.4 | Marroni caramellati | <i>pag. 7</i> |
| 5. | Il Dessert - Pere al vino Merlot con gelato | <i>pag. 8</i> |

“Il Capriolo”



1. **Sella di capriolo**
pronta per la cottura, masso 8 coste, taglio TOP, senza pellicina ca. 1,2-2 kg
2. **Sella di capriolo**
3. **Coscia di capriolo**
4. **Spalla di capriolo**
5. **Entrecôte di capriolo**
6. **Fesa di capriolo «TOP»**
7. **Fesa di capriolo «standard»**
8. **Spezzatino di capriolo**
9. **Tagliuzzato di capriolo à la minute**



Sella di Capriolo

2. *Ingredienti:*

1 sella di capriolo ca. 1,6Kg,
(per 6 persone)
Sale pepe, dado vegetale
timo, salvia, rosmarino
1 spicchio d'aglio
Senape,
olio d'oliva
porro, carota, cipolla
maizena o fecola
vino bianco



3. *Preparazione:*

fig.1 Pulire la sella eliminando la pellicina che la ricopre (tenere gli scarti in un tegame separato), fig.2 incidere le parti dei filetti vicino all'osso, prestando attenzione a non staccare la carne (ca. 1,5 cm per parte)



Figura 2



Figura 1

fig.3 Preparare un trito d'erbette (3 cucchiai d'olio d'oliva, un cucchiaino di senape, timo, salvia, rosmarino e uno spicchio d'aglio, tritati finemente, salare e pepare), spennellare quindi i filetti, sopra e sotto e sistemare la sella in un recipiente adatto alla cottura, l'asciare riposare per 30 min.



Figura 3

fig.4 In un tegame separato, (*v.d. primo paragrafo*) uniamo agli scarti di carne recuperati dalla sfilettatura della sella, una carota, una cipolla, un porro e con l'aggiunta di due cucchiaini d'olio d'oliva, facciamo soffriggere per due minuti.

Sfumiamo con un bicchiere di vino bianco e quindi aggiungiamo 3dl d'acqua calda dove abbiamo fatto sciogliere in precedenza mezzo dado di brodo vegetale. Prevedere una cottura di ca. mezz'ora. Filtriamo il brodo con un colino per separare la verdura e gli scarti di carne e lo terremo in caldo per unirvi alla fine il fondo ottenuto dalla cottura della sella.



Figura 4



Figura 5

Preriscaldare il forno a 220°C e cuocere per 20 minuti sul ripiano centrale. A metà cottura bagnare la carne con un bicchiere di vino bianco. Spegnere il forno, togliere la sella, ^{fig. 5} filtrare il fondo di cottura ed aggiungerlo al brodino preparato in precedenza, quindi avvolgere la carne in un foglio di carta d'alluminio e tenerla al caldo per 15/20 min. (*rimetterla nel forno spento*).

Nel frattempo terminiamo la salsa d'accompagnamento. Riduciamo la salsa preparata con gli scarti e il fondo di cottura, facendola cuocere a fuoco vivo, alla fine aggiungiamo un cucchiaino di fecola disciolta in 1dl d'acqua fredda per renderla più densa.

Togliamo la sella dal forno e ^{fig.6} con l'aiuto di un cucchiaino o di un coltellino, procediamo a staccare i filetti, già incisi in fase di preparazione, dalle ossa, prestando attenzione a lasciarli sulla sella.



Figura 6



Figura 7

fig.7-8 Procediamo quindi alla presentazione, posando la sella di capriolo intera su un piatto di portata, uniamo i vari contorni, così da creare una bella presentazione da proporre ai nostri "commensali". In fine stacciamo i filetti dalla sella posiamoli su un asse da taglio e affettarli (ca. 2 cm), per quindi fig. 9 procedere alla preparazione dei piatti.



Figura 8



Figura 9

Utilizzando dei piatti ampi (preriscaldati), vi disponiamo, a piacimento, 3/4 fette di filetto ed i contorni, accompagnando la carne con la salsa preparata in precedenza.

Buon appetito!

4. I Contorni:

4.1 Knöpfli & spätzli

L'impasto con il quale si preparano knöpfli e spätzli piace quasi a tutti. Tuttavia alcuni preferiscono quelli tondi, altri invece quelli a forma di bastoncini, direttamente scolati oppure saltati leggermente nel burro. Una coppia molto apprezzata in ogni caso.

a) Preparazione

Knöpfli e spätzli si distinguono nella realizzazione: per i knöpfli passate l'impasto sul coperchio forato lasciandoli cadere direttamente in acqua bollente. Per gli spätzli versate l'impasto su un tagliere e poi fatelo scivolare in acqua.

b) Variazioni

Knöpfli e spätzli possono essere preparati in vari modi. In base alle vostre preferenze e alla composizione del menu, l'impasto può essere arricchito di erbe e spezie. Entrambi gli gnocchetti si possono conservare a lungo, un vantaggio per averne sempre una scorta subito pronta.



Preparazione:



Ingredienti per l'impasto:

300 g di farina bianca o farina per knöpfli (oppure: semolino di grano duro), $\frac{3}{4}$ di cucchiaino di sale, 1,5-2 dl di latte e acqua (metà latte, metà acqua), 3 uova. Versate la farina e il sale in una scodella. Mescolate la miscela di latte e acqua con le uova.

Lavorazione dei knöpfli

Aggiungete il latte poco alla volta mescolando continuamente con un mestolo di legno (oppure una frusta o uno sbattitore elettrico). Impastate con dei movimenti circolari fino a ottenere un composto liscio e compatto. Lasciatelo riposare a temperatura ambiente per ca 30 minuti.



Cottura dei knöpfli

Portate a bollire acqua salata. Sciacquate il coperchio forato con acqua fredda. Accomodatelo sulla pentola. Versate l'impasto sul coperchio poco alla volta e fatelo cadere in acqua con una spatola. Se volete knöpfli tondi lasciate pochissimo spazio tra coperchio e acqua.

Prova cottura

Quando i knöpfli o gli spätzli vengono a galla, sono cotti. Prelevateli con una schiumarola, fateli sgocciolare bene. Versateli in una ciotola calda e cospargeteli di burro. Teneteli in caldo nel forno a 60 °C, oppure saltateli.



4.2 Mele ai mirtilli e albicocche alla crema di castagne

fig.10 Per le mele (ev. pere) ai mirtilli rossi pelare le mele, dimezzarle e togliere il torsolo.

fig.11 Stufarle nel burro per 15 minuti.

Tenerle in caldo fino al momento della messa in piatto, le quali, riempite al centro con della marmellata di mirtilli, saranno uno dei componenti di decorazione.



Figura 10



Figura 11

4.3 Albicocche alla crema di castagne



Figura 12

Albicocche alla crema di castagne:

- albicocche sciroppate
- 200g di purea di castagne
- 5 cucchiaini di panna semi grassa
- 1 cucchiaino di liquore "Rhum"
- 4 amaretti

Amalgamare la purea di castagne con la panna, il liquore e gli amaretti sbriciolati, fino ad ottenere una crema da aggiungere alle pesche sciroppate.

4.4 Marroni caramellati

Per i marroni caramellati, fig.13 caramellare lo zucchero a fuoco moderato. Incorporare il burro e lasciarlo fondere. Spegnerne con 1 dl d'acqua. Mescolare bene. Unire i marroni. Farli cuocere per 15 minuti mescolando con cura e di continuo, finché le castagne si ammorbidiscono e il caramello si lega ai marroni.



Figura 13

5. Il Dessert:

(Pere al vino Merlot con gelato)

Ingredienti:

- 1 pera per ogni invitato
- ½ LT di vino (Merlot)
- ½ LT acqua
- 100 g di zucchero
- 1 limone
- 1 pz di cannella
- chiodi di garofano

Procedimento:

^{fig.14} Pelare le pere con il pelapatate senza togliere il picciolo.

Immergere le pere in una pentola alta e stretta in modo che le pere stiano in piedi sostenendosi l'una con l'altra, coprirle con il vino (Merlot) e se necessario acqua sino a che siano coperte, lo zucchero, la buccia del limone, la cannella ed "eventualmente" i chiodi di garofano.

Fare un tondo di carta forno bucata al centro ed appoggiarlo sopra le pere in modo che in cottura non si alzino.

Lasciar cuocere controllando la cottura con uno stecchino (ca.25 min.). Una volta cotte ^{fig.15} scolarle e far ridurre la salsa al vino finché non raggiunge una consistenza sciropposa.

^{fig.16} Impiattare e servire tiepide, accompagnate da gelato alla vaniglia o alla cannella.



Figura 14



Figura 15



Figura 16

Note:

Le pere migliori sono le martin sèc o le Kaiser.

Le pere si conservano anche 15 giorni nel loro succo di cottura. Se non si utilizza il Merlot, un vino ideale è un rosso molto tinto.