

“Pezzetti di carne di cavallo al sugo”

DOSI PER 4/6 PERSONE

Tempo di cottura: 3 ore

Ingredienti:

1 Kg. di polpa di cavallo in un solo pezzo; 100 gr. di conserva di pomodoro; 10 foglie di alloro; 1 spicchio d'aglio; 1 peperoncino; olio extra vergine d'oliva; sale q.b.; ristinco.

Preparazione: Mettere la carne in una pentola, coprirla di acqua, aggiungere 5 foglie d'alloro, salare e cuocere a fiamma moderata per 2 ore. Lasciar raffreddare la carne, quindi tagliarla a pezzetti e sciacquarli. Far imbiondire uno spicchio di aglio in mezzo bicchiere di olio, sfriggere la conserva, unirvi le rimanenti foglie di alloro, il peperoncino tritato e allungare con due mestoli di acqua. Portare a bollire e quindi aggiungere la carne; proseguire la cottura prima a fuoco moderato finché non bolle, poi a fuoco bassissimo fino a quando i “pezzetti” diventeranno teneri e saporiti.

Curiosità: Il ristinco era l'arbusto caro ai poeti; i Greci lo offrivano ai loro morti. Simbolo d'amore, se ne facevano corone per gli eroi e per le spose. Nell'A. T. si intrecciavano ghirlande per le giovani donne d'Israele quando si maritavano. Le bacche sono mature quando assumono un colore blunastro.

Proprietà: Il ristinco è un antisettico e un astringente.

Molto usato per le sue essenze balsamiche per le bronchiti e per le sinusiti.