

Crema di noccioline americane. Zampone. Lenticchie

Categoria : LA FRITTATA

Pubblicato da [SARA RICCI](#) in 14/10/2009

Crema di noccioline americane. Zampone. Lenticchie - Nella cucina brasiliana le noccioline americane entrano come ingredienti in alcuni piatti come il caruru, a base di gamberi. Nella cucina senegam-bese si usa la pasta di noccioline americane in piatti nazionali di carne o di pesce e nella cucina europea, si abbrustoliscono e servono come frutta secca e nella preparazione di dolci.



1. Zampone 1,5 kg

2. Lenticchie 400 g

3. Cipolla 1

4. Sedano, costa 1

5. Carota 1

6. Olio extravergine 2 cucchiari

7. Alloro, foglia 1

8. Grasso di prosciutto 60 g

Preparazione

1

Lasciate lo zampone a bagno in acqua fredda per 7-8 ore. Punzecchiatelo con un grosso ago e praticate delle incisioni fra le unghie. Avvolgetelo in un telo pulito e legatelo con uno spago.

2

Scolatelo, mettetelo nella zamponiera, copritelo di acqua fredda e portatelo ad ebollizione continuando la cottura per almeno 3 ore, man mano che l'acqua si consuma aggiungetene altra bollente.

3

In una casseruola fate rosolare un trito finissimo di cipolla, sedano, carota, e grasso di prosciutto tritato, aggiungete le lenticchie che avete lavato, l'alloro, sale e pepe , poi coprite con acqua calda.

4

Fate cuocere a fuoco moderato fino a quando le lenticchie saranno cotte, ci vorranno circa 30 minuti.

5

Appena lo zampone sarà cotto togliete il telo, tagliatelo a fette, adagiatelo su un letto di lenticchie e servite subito