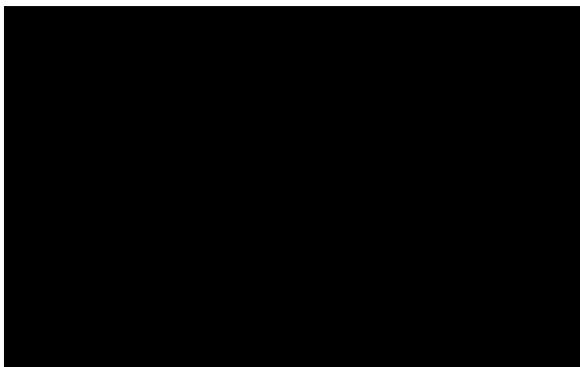


Zampone con lenticchie

Categoria : LA FRITTATA

Pubblicato da [Pina Rea](#) in 14/10/2009

Zampone con lenticchie - La tradizione vuole anche l'abbinamento dello zampone con il puré di patate o con gli spinaci lessati e passati al burro o in alternativa con i fagioli spagna in umido. A dire la verità c'è l'imbarazzo della scelta, ma io vi consiglio di abbinarlo a tutti i contorni citati.



Zampone 1,5 kg - Lenticchie 400 g - Cipolla 1 - Sedano, costa 1 - Carota 1 - Olio extravergine 2 cucchiari - Alloro, foglia 1 - 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

