

Scaloppine cotte e sottiletta

INFORMAZIONI

- 2 persone
- 420Kcal a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **30 minuti**
- ricetta **light**

INGREDIENTI

- 3 sottilette
- 50 g di prosciutto cotto
- 6 fettine di lonza di maiale
- Farina di grano tenero tipo 00
- 2 spicchi di aglio
- 1 cucchiaio di olio extravergine di oliva
- 100 ml di vino bianco secco
- Sale fino
- Pepe nero macinato al momento
- Noce moscata



PREPARAZIONE

- Scartare le sottilette e tagliarle a metà sulla diagonale, per ottenere 6 triangoli.
- Togliere dal prosciutto cotto il grasso in eccesso e tagliare ogni fetta a metà.
- Tamponare bene le fettine di carne per asciugarle. Batterle se sono spesse, delicatamente per non romperle e passarle nella farina setacciata.
- In una padella far soffriggere l'aglio nell'olio e appena si è ben dorato toglierlo, quindi unire la carne.
- Scottare le fettine un paio di minuti per lato a fiamma vivace, per farle uniformemente colorire.
- Unire il vino bianco e farlo evaporare a fiamma vivace, girando le fettine di tanto in tanto.
- Quando il vino sarà evaporato e le fettine dorate, basteranno pochi minuti, salarle e distribuire su ognuna un pezzo di prosciutto cotto e uno di sottiletta.
- Spegnerne il fuoco, mettere il coperchio e lasciar riposare un paio di minuti, cosicché la sottiletta possa sciogliersi e la carne insaporirsi.
- Cospargere con una macinata di pepe ed una di noce moscata e servire.

CONTORNO DI ABBINAMENTO IDEALE

Piselli in padella, insalatina verde a foglia piccola.

STAGIONE

Ricetta per tutte le stagioni

AUTORE

Ricetta realizzata da Barbara Farinelli. Fotografia di Giovanni Caprilli. Tutti i diritti riservati.