

TUSTYLE WEEKNOTES

a cura di Maria Chiara Locatelli

Pasta al ragù leggero

PREPARAZIONE 1 h e 40 minuti
CALORIE/PORZIONE 395 kcal
DOSI 4 persone
ESECUZIONE facile

INGREDIENTI

280 g di mezze maniche,
 300 g di polpa magra di vitello macinata,
 1 dl di latte scremato, 1 carota, 1 cipolla,
 1 costa di sedano, 2 rametti di rosmarino,
 1 spicchio d'aglio, 1 dl di vino bianco secco,
 pecorino, olio extravergine, sale e pepe.

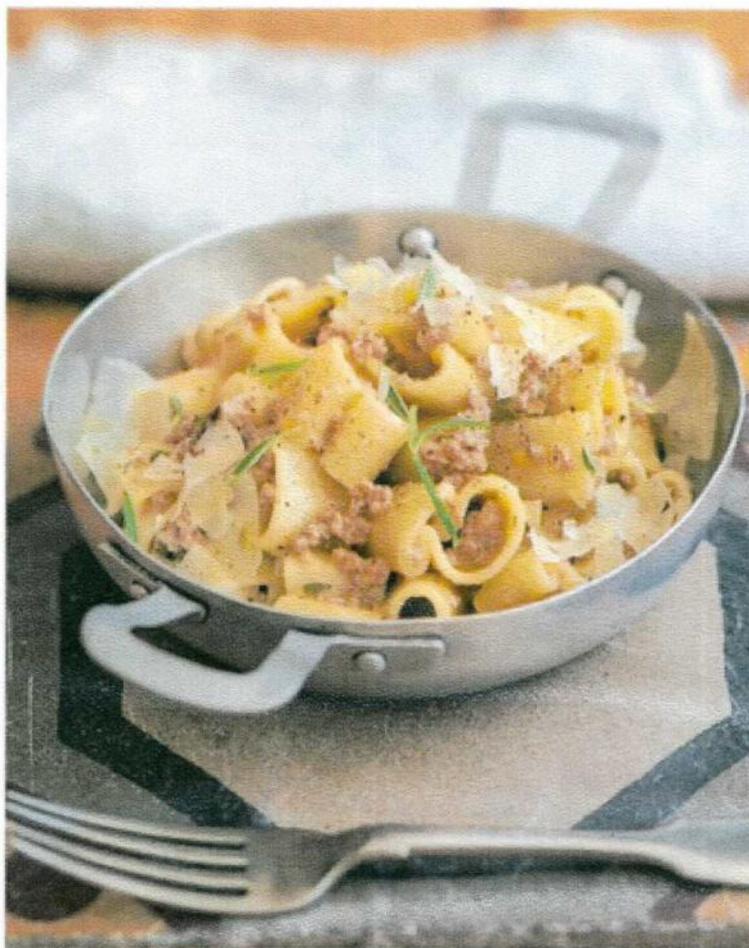
COME PROCEDERE

1. Raschia la carota e spuntala; spella la cipolla ed elimina eventuali fili duri del sedano. Schiaccia e spella lo spicchio d'aglio. Sciacqua quindi le verdure e tritale.

2. Scalda la casseruola a fiamma medio bassa e fai appassire le verdure preparate con un pizzico di sale, bagnando di tanto in tanto con poca acqua calda.

3. Rosola a fuoco vivace la polpa di vitello macinata in una padella antiaderente, mescolando spesso. Quando sarà croccante, sgocciolala con un mestolo forato su un piatto foderato con carta da cucina e tamponala con altra carta per eliminare più grasso possibile.

4. Trasferisci la carne rosolata nella casseruola con le verdure, unisci i rametti di rosmarino e alza la fiamma. Irrora con il vino, lascialo evaporare e abbassa la fiamma al minimo. Regola di sale e pepe e cuoci per almeno 1 ora, aggiungendo ogni tanto un po' di latte per mantenere il ragù cremoso.
5. Lessa le mezze maniche al dente, scolale e trasferiscile nella casseruola con il ragù. Irrora con 2 cucchiaini di olio, mescola e fai insaporire per 1 minuto. Completa a piacere con scaglie di pecorino.



STEFANIA GIORGINO/DOREIPORTFOLIO

PRIMI RUSTICI

1. Gnocchi freschi Selenella preparati con patate italiane ricche di selenio, 400 g, € 2,50.
2. Orecchiette biologiche Sarchio nella nuova confezione biodegradabile, 500 g, € 3,10.
3. Pecorino grattugiato solidale Biraghi, ricetta tipica con il 70% di pecorino acquistato a prezzo equo dai pastori della Sardegna, 100 g, € 1,79.
4. Ragù rustico Cirio con vino bianco e carni italiane selezionate, preparato secondo la ricetta tradizionale, 350 g, € 1,99.

**SAGRE D'AUTUNNO****SALAME A CREMONA, TARTUFO A VOLTERRA**

- Weekend goloso quello del 21 e 22 ottobre: alla Festa del salame di Cremona tra una degustazione e l'altra si ricorda Jacovitti, il fumettista che disseminava salami nei suoi disegni. festadelsalamecremona.it
- A Volterra (Pisa), Volterragusto è una mostra mercato dedicata al tartufo e alle tante eccellenze enogastronomiche del territorio toscano. volterragusto.com