

LA RICETTA

## Cappone ripieno alla meneghina

CULTURA

14\_12\_2021

*Liana  
Marabini*



Ecco un piatto tipico milanese che non manca sulla tavola di Natale. Per fare un doppio omaggio, alla Natività e a Caravaggio.

**Ingredienti per 6 persone**

1 cappone di circa 2 kg

1 carota

1 gambo di sedano

1 cipolla

1 cucchiaio di sale grosso

### **Per il ripieno**

1 grossa cipolla

1 panino

1 tazza di latte

1 tazza di brodo

1 tazza di parmigiano grattugiato

1 noce di burro

1 mazzetto di prezzemolo

2 uova

Sale e pepe nero macinato fresco

1/2 cucchiaino di noce moscata

### **Preparazione**

Fare pulire bene il cappone dal macellaio e farsi dare le interiora (cuore, fegato). Il cappone deve essere cucinato intero.

**Tagliare a pezzetti le interiora** e scottarle nel brodo bollente per qualche minuto. Tritare la cipolla e farla appassire nella noce di burro. Lasciare ammolare il panino nel latte e sbriciolarlo. Tritare il prezzemolo. Sbattere le uova con sale e pepe.

**A questo punto confezionare il ripieno:** in una ciotola mettere il panino bagnato nel latte e sbriciolato, le interiora, il formaggio grattugiato, il prezzemolo, la cipolla tritata precedentemente rosolata in poco burro, noce moscata, sale, pepe. Legare il tutto con le due uova sbattute. Mescolare bene tutti gli ingredienti.

**Salare e pepare il cappono** fuori e dentro. Introdurvi il ripieno e cucire il cappono con spago da cucina.

**Mettete ora in una pentola abbastanza grande dell'acqua a bollire** con del sale grosso, la carota, il sedano e la cipolla; quando comincerà a bollire mettete a cuocere il cappono che dovrà essere interamente ricoperto dall'acqua, cuocete in questo modo per 2 ore e mezza, a metà cottura girate il cappono in modo che cuocia omogeneamente da entrambi i lati. Servire accompagnato con mostarda di frutta.