

# Polpettone d'agnello alla sarda

Categoria: Portate - Carne



## Informazioni Generali



Preparazione:  
15 min



Cottura:  
90 min



Dosi per:  
6 persone



Costo:



Difficoltà:  
Bassa

Il polpettone d'agnello alla sarda, è un piatto tipico di questa regione, dove per la presenza di molti ovini, gli abitanti erano abituati a macinare la carne anche delle pecore non più giovanissime che altrimenti sarebbe risultata dura se cucinata in altra maniera. Oggi ovviamente non ce n'è più bisogno, poiché le carni commercializzate sono sempre tenere, ma le gustose e riuscite preparazioni di un tempo rimangono, ed eccone la prova!



## Ingredienti

>> Brodo di carne q. b.	>> Pane mollica 100 gr
>> Burro 40 gr	>> Pecorino sardo 100 gr
>> Carne ovina polpa tritata di agnello 800 gr	>> Pepe nero macinato q.b.
>> Farina 3 cucchiaini	>> Prosciutto crudo 100 gr
>> Latte 1 bicchiere	>> Rosmarino 1 rametto
>> Noci 12 sgusciate	>> Uova 5 (di cui 3 sode)
>> Olio extravergine d'oliva 4 cucchiaini	>> Vino bianco 1 bicchiere
>> Olive verdi denocciolate 12	

## Preparazione



Mettete sul fuoco un pentolino con dell'acqua e far rassodare tre uova (che vi serviranno per il ripieno). Versare il latte in una ciotola e fatevi ammollare la mollica. Tritate dapprima le noci, poi il prosciutto crudo, e poi grattugiate il pecorino e tagliate a pezzettini le olive.

In una bacinella abbastanza capiente, mettete la carne d'agnello tritata ed il prosciutto. Aggiungete la mollica di pane ben strizzata, il pecorino, due uova, le noci, le olive, salate e pepate.



Amalgamate bene tutti gli ingredienti e date al composto la forma di un polpettone, inserendo al centro, le tre uova sode sgusciate preparate precedentemente.



A questo punto infarinate il polpettone, e fatelo rosolare in un tegame con olio, burro e rosmarino; poi bagnate con il bicchiere di vino bianco e un bicchiere di brodo.

Coprite il tegame con un coperchio e cuocete a fiamma bassa per circa 1 ora e ½ avendo cura di girare di tanto in tanto il polpettone, in modo che possa cuocere uniformemente, e aggiungete se necessario del brodo in piccole quantità.

A cottura ultimata tagliate a fette il polpettone e servitelo con il suo fondo di cottura.



## Consiglio

Il polpettone d'agnello alla sarda si presta molto bene ad essere accompagnato da patate arrosto o da purée di patate. In questo caso, si può preparare una salsina, mettendo sul fuoco un pentolino con il fondo di cottura, un uovo di burro, un po' di acqua con disciolto un cucchiaino di farina. Si mescola con un frustino per evitare formazione grumi e si fa cuocere fino ad arrivare alla densità voluta.



## Curiosita'

---



I termini **polpetta** e **polpettone** derivano dal latino **pulpa**, cioè **polpa** .

Tradizionalmente il polpettone dovrebbe esser fatto con la **carne cruda**, mentre le polpette sono un modo per consumare **carne avanzata** , soprattutto lessa. Le **polpette sono fritte** e talvolta rifatte con la **salsa di pomodoro** , mentre il **polpettone** può essere cotto in tegame **in bianco o al pomodoro**.