

Abbacchio alla cacciatora

Scritto da Gianluca Paoni



Uno dei piatti tipici della cucina laziale e romana che anche nell'Alta Valle del Velino è largamente diffuso.

Gustosi pezzi di agnello bagnati in una salsa a base di aglio, rosmarino, vino bianco, acciuga, peperoncino. Da questo solleticante insieme, le tenere carni dell'agnello vengono magnificamente esaltate.

Ingredienti per 4 persone

- **Abbacchio**
1 kg.
- **Olio di oliva extravergine**
1/2 bicchiere
- **Sale**
1 cucchiaino raso
- **Pepe**
1 pizzico
- **Aglio**
2 spicchi
- **Rosmarino**
1 cucchiaino di fogliette
- **Salvia**
1 pizzicata.
- **Peperoncino**
1 diavoletti.
- **Acciughe**
2, oppure 2 cucchiaini di pasta di acciughe
- **Vino bianco secco**
1/2 bicchiere
- **Aceto di vino**
1/2 bicchiere

Preparazione

- Pestare in un mortaio di legno l'aglio, il rosmarino, la salvia, il peperoncino e le acciughe fatte a pezzetti o la pasta di acciughe fino ad ottenere una poltiglia. poi aggiungere l'aceto, poco per volta, e mescolare per ottenere una salsa ben amalgamata.e tenere al coperto.
- Tagliare l'abbacchio in pezzi di circa 40 grammi l'uno, lavarli, sgocciolarli ed asciugarli.
- Farli rosolare insieme all'olio in un tegame, su fuoco moderato mescolando di tanto in tanto con una palettina di legno per ottenere una

Abbacchio alla cacciatora

Scritto da Gianluca Paoni

rosolatura
omogenea.

- Versarvi sopra il vino, aggiungere il sale e il pepe ed aumentare il fuoco. fare evaporare il vino, diminuire il calore e continuare la cottura.
- Sorvegliare spesso e aver cura di non fare asciugare troppo il sughetto aggiungendo all'occorrenza una cucchiata di acqua calda.
- Quando la carne tende a staccarsi dall'osso, si è prossimi alla cottura ed allora versare la salsa precedentemente preparata e mescolare, aumentare il fuoco per qualche minuto e poi smorzarlo.
- Lasciare riposare per mezz'ora almeno nel tegame coperto per far prendere ancor più sapore. Servire a temperatura tiepida, ma in piatti caldi.

Note

Una variante più saporita prevede l'uso dei capperi al posto della salvia.