

Verdure ripiene

INGREDIENTI

4 Porzioni

1 kg	di spuntature di maiale (costine)
250 ml	<u>Salsa Teriyaki Marinata Kikkoman</u>
2	spicchi d'aglio
1	cipolla
2	carote
1	costa di sedano
1	calice di vino rosso
3	foglie di alloro
2	cipolle francesi (dolci)
4	funghi Portobello
3	carciofi tipo mammole
50 g	parmigiano reggiano
	Prezzemolo fresco
	Olio e sale qb.

PREPARAZIONE

Passaggio 1

Partiamo dalla marinatura della carne: preferite le spuntature di maiale invece della carne macinata perché il ripieno avrà tutto un altro gusto.

Passaggio 2

Mettere a marinare con la Salsa Teriyaki Marinata Kikkoman, aglio, pepe e qualche pezzetto di cipolla. 1-2 ore in frigo sono sufficienti.

Passaggio 3

Toglietela dal frigo e iniziatela a farla dorare bene in tegame con dell'olio evo, non la muovete troppo altrimenti non avrà una caramellizzazione perfetta.

Passaggio 4

Sfumate con la Salsa Teriyaki Marinata Kikkoman e aggiungete il vino rosso.

Passaggio 5

Aggiungete poi le verdure da soffritto, fate colorare un po', coprite con del brodo di carne caldo e unite dell'alloro.

Passaggio 6

Chiudete e lasciate stracuocere per 2/3 ore, fino a quando la carne non si stacca dall'osso. Sfilacciatela e unite del parmigiano e prezzemolo fresco.

Passaggio 7

Ora le verdure: pulite i carciofi dalle foglie esterne, rimuovete la barbetta e poi a metà. A metà in orizzontale anche le cipolle.

Passaggio 8

Cottura a vapore di 10-15 minuti fino a quando non saranno tenere. I funghi solo con la testa pulita e senza il gambo.

Passaggio 9

Una volta tenere, scavate la cipolla e unitela tritata al ripieno.

Passaggio 10

Disponete in una teglia unta le verdure, con tutto il ripieno al centro. Coprire con del parmigiano e un goccio di olio. Infornare per 20' a 180 gradi.

Passaggio 11

Portate nel frattempo a riduzione il fondo e glassate le verdure con la salsa.