

Lasagne verdi al ragù di capriolo



Oggi FraSi in cucina vi propone una ricetta di cacciagione: lasagne verdi al ragù di capriolo! In questa ricetta abbiamo utilizzato lasagne pronte, ma solo perché era troppo lunga la preparazione e marinatura del capriolo! Vi promettiamo che prima o poi faremo anche la ricetta tradizionale delle lasagne. Abbiamo cercato di alleggerire un po' il piatto, preparando una besciamella con latte di riso, ma era il massimo che si poteva fare, perché il piatto si presenta comunque abbastanza strutturato. Vi assicuriamo che il sapore e il gusto non mancano!

Ingredienti per 4 persone

Per il ragù di capriolo:

1 kg circa di carne di capriolo

300 g di pancetta macinata

3 cipolle

3 carote

2 coste di sedano

bacche di ginepro

3 foglie di alloro

1 litro di vino rosso

1 kg circa di conserva o passata di pomodoro

sale e pepe
un filo di olio evo

Per la besciamella:

50 g di burro
50 g di farina
1/2 litro di latte di riso
1 pizzico di sale
noce moscata

Per le lasagne:

9 fogli circa di lasagne verdi pronte
3 cucchiaini di parmigiano reggiano

Preparazione del ragù di capriolo

Tagliate a pezzi il capriolo e mettetelo in una ciotola molto capiente.

Tagliate grossolanamente “gli odori”, quindi due carote, due cipolle e due coste di sedano e metteteli nella ciotola insieme al capriolo. Aggiungete una manciata di bacche di ginepro e le foglie di alloro.



Versate all'interno tutto il vino rosso e lasciate riposare per qualche ora (io ho fatto questa prima operazione la sera e ho lasciato riposare tutta la notte).



Togliete la carne di capriolo, senza buttare il liquido, e tagliatela a pezzetti piuttosto piccoli. Tritate finemente la cipolla, la carota e la costa di sedano rimaste e fate un soffritto in una casseruola con un po' di olio evo. Aggiungete la pancetta tritata e un po' alla volta aggiungete il capriolo. Rimettete anche il vino utilizzato per la marinatura della carne e piano piano, mentre la carne cuoce, lasciatelo evaporare. Mescolate bene e, quando la carne sarà rosolata, aggiungete la conserva di pomodoro. Aggiustate di sale e pepe e lasciate bollire per almeno 2 ore, mescolando di tanto in tanto.

Preparazione della besciamella

In un pentolino fate fondere il burro a fiamma bassa. Aggiungete la farina e tostate per circa 2 minuti mescolando sempre per evitare la formazione di grumi. Quando la farina risulterà dorata, aggiungete un po' alla volta il latte di riso mescolando continuamente. Aggiungete un pizzico di sale e noce moscata e lasciate cuocere per circa 6/7 minuti mescolando sempre fino a

raggiungere una consistenza abbastanza densa.

Preparazione delle lasagne

Prendete una teglia di alluminio e copritene il fondo con uno strato di besciamella. Ricoprite tutto il fondo con fogli di lasagne verdi, tagliandole e componendole, se necessario, per ricoprire tutto il fondo della teglia. Mettete sopra uno strato di besciamella e uno di ragù. Ricoprite di nuovo con altri fogli di lasagne e ripetete l'operazione alternando besciamella e ragù di capriolo fino a comporre almeno tre strati. Finite con uno strato di ragù e spolverate tutta la superficie con parmigiano grattugiato.

Infornate in forno caldo a 200°C per circa 20 minuti.



Tagliate le lasagne in porzioni quadrate e impiattate.

[Torna alla Home](#)

[Vedi altri Primi](#)

[Vedi tutte le Ricette](#)