

# Oca al forno con cavolo rosso alle spezie



Oggi abbiamo l'onore di ospitare Kurt, che ci propone un piatto tipico della sua terra di origine, la Germania.

Personalmente ho avuto modo di gustare dal vivo questa splendida ricetta e ringrazio Kurt per aver accettato di far parte della nostra rubrica. Vi assicuro che il piatto è gustoso, ricco e perfetto per un pranzo in famiglia.

**Ingredienti 6 persone**

1 oca intera

$\frac{1}{2}$  cavolo rosso

1 cipolla

2 mele (tipo golden)

2 cucchiaini di zucchero

1 bicchiere di aceto di sidro

2 chiodi di garofano

olio e burro

sale

pepe

Per prima cosa pulire l'oca eliminando le frattaglie interne e il grasso.

Lavarla sotto l'acqua corrente e adagiarla in una teglia capiente;aggiungere un bicchiere di acqua e bucherellare la pelle per far uscire il grasso durante la cottura.



Scaldare il forno a 180° ed infornare l'oca senza alcun condimento. Di volta in volta aggiungere un bicchiere di acqua nella teglia in modo che non rimanga mai asciutta e non si bruci il grasso che via via viene rilasciato.

Cuocere per il tempo necessario, tenendo conto che per circa 500 grammi di carne occorrono 15/20 minuti.

Per un'oca intera con cottura lenta occorreranno circa 2/3 ore.



Mentre l'oca è in forno preparare il cavolo rosso.

Per prima cosa tagliare il cavolo a lamelle e lavarlo sotto l'acqua corrente. Sbucciare la mela, tagliarla a pezzettini e tenerla da parte. Sminuzzare la cipolla e farla rosolare in una pentola grande in ghisa con olio e burro.

Quando la cipolla è bene colorita aggiungere la mela,

lo zucchero e far caramellare.

Aggiungere il cavolo, l'aceto, i chiodi di garofano schiacciati, sale e pepe, e un pochino di acqua.

Coprire e cuocere finché il cavolo non diventa morbido.

Durante la cottura verificare l'acidità data dall'aceto e nel caso regolarla aggiungendo un po' di zucchero.



Quando l'oca è pronta tagliarla a pezzetti e servirla con il cavolo e un po' di purè di patate.



[Torna alla Home](#)

[Vedi altro nell'Angolo degli Ospiti](#)

[Vedi tutte le Ricette](#)