

Ragù di cinghiale, una ricetta più digeribile ma sempre gustosa

scritto da Francesca Vassallo | 06/04/2017



Il ragù di cinghiale è ottimo per condire la polenta, le tipiche pappardelle o le particolari tagliatelle al cacao.

La **carne di cinghiale** è nera, fibrosa, magra e generalmente ha bisogno di un periodo di marinatura per attenuare il sapore di selvatico. Il **ragù di cinghiale** è una delle preparazioni più apprezzate e gustose: questa ricetta, pur conservando tutto il sapore, ha una maggiore digeribilità rispetto al solito.

Antenato del maiale domestico, il **cinghiale** compare in un periodo antecedente all'uomo. Di temperamento aggressivo, fin dai tempi antichi, la sua caccia era riservata ai guerrieri.

Ricetta Ragù di cinghiale

Categoria: salse e sughi

Difficoltà: bassa

Costo: medio

Dosi: 5 persone

Tempo totale di preparazione: 90 minuti, più il tempo di marinatura di 12 ore circa

Ingredienti per la marinatura

- cc 500 di vino Sangiovese
- 2 cucchiaini di aceto di vino bianco
- 1 rametto di rosmarino
- 1 o 2 ciuffi di salvia
- 1 pezzo di sedano
- 1 cipolla media
- 1 spicchio di aglio
- 6 grani di pepe
- 2 chiodi di garofano

Marinatura

Lavare molto bene la carne sotto l' acqua corrente. Asciugarla e metterla in un contenitore di ceramica o di vetro con coperchio.

Tagliare a pezzetti le verdure e inserirle nel contenitore aggiungendo il vino e l'aceto, in modo che la carne sia coperta. Mescolare bene, coprire e lasciare riposare in luogo fresco per almeno 12 ore, girando ogni tanto.

Ingredienti per il ragù

- 350 grammi di [carne di cinghiale](#), tagliata in pezzi di circa 2-3 cm. (polpa)
- 170 grammi di salsa di pomodoro
- 50 cc vino Sangiovese
- 100 grammi di cipolla
- 1 rametto di rosmarino
- 30 grammi di sedano
- qualche ciuffo di prezzemolo
- 1 spicchio di aglio piccolo
- pepe macinato, qb
- 1 o 2 chiodi di garofano (secondo il gusto)
- olio evo, qb

Cottura del ragù

Scolare bene la carne precedentemente marinata.

In una pentola, scaldare pochi cucchiaini di olio e, quando è caldo, unire la carne facendola rosolare bene. Toglietela dal fuoco e tritarla grossolanamente.

Tritare le verdure e rosolarle nella pentola usata, con olio evo a fuoco basso: è consigliabile una dose generosa di olio perché non vengono utilizzati altri grassi.

Aggiungere la carne, rosolare per alcuni minuti e sfumare con il vino. Versare la salsa, salare e unire le spezie.

Cuocere a fuoco basso per almeno 1 ora.