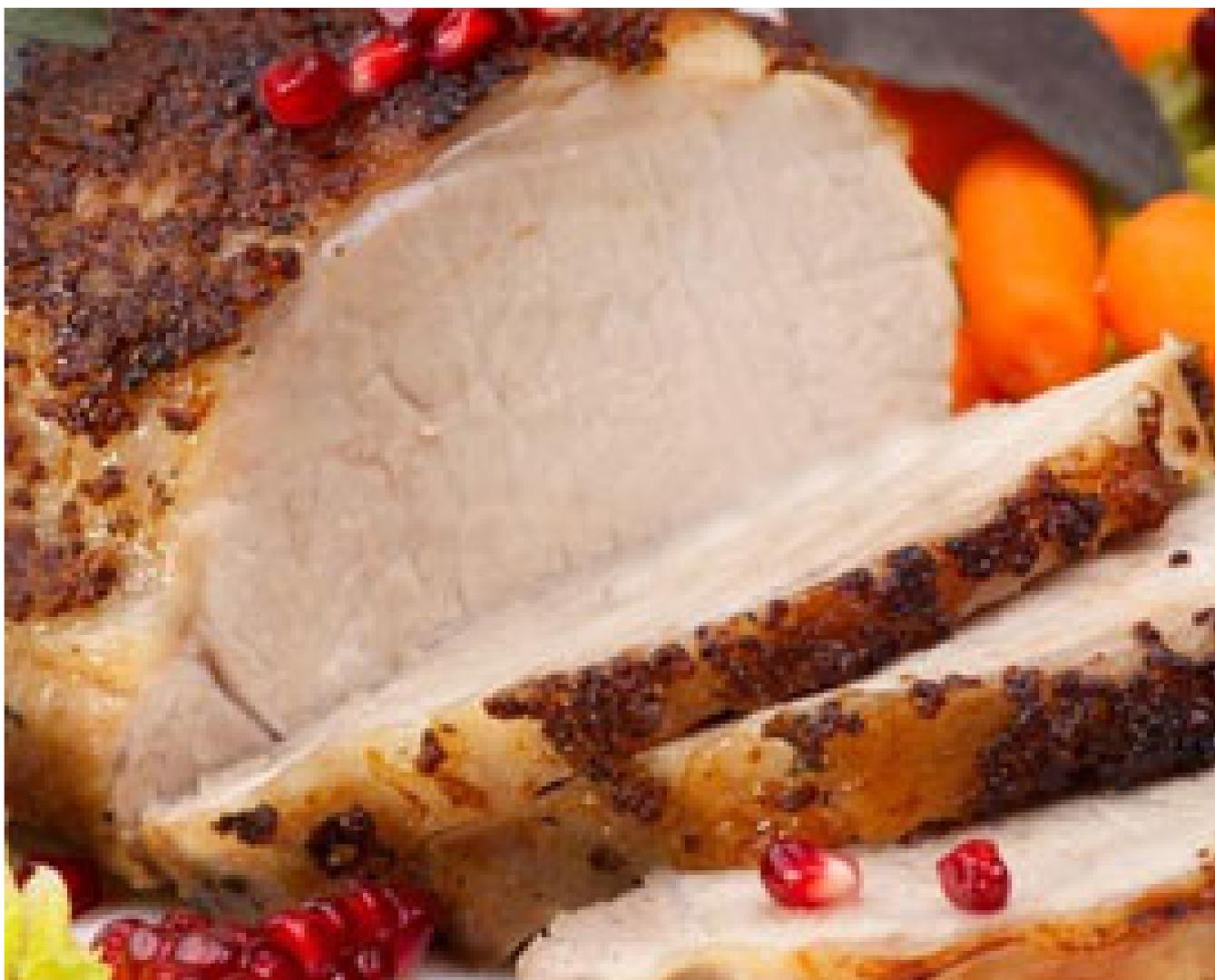




(<https://www.ricetteregionali.net/>)

## *Arista al cavolo nero e melograno*



**4** Persone

**secondi** Categoria

**media** Difficoltà

**2 ore e mezza** Tempo

Attrezzatura : **coltello affilato, spago da cucina, casseruola con coperchio**

## **Ingredienti**

- 800 g di arista di maiale in un pezzo
- 60 g di pancetta affumicata
- 4 foglie di cavolo nero o verza
- 1 melagrana
- 50 g di burro
- 1 porro
- 1 bicchiere di vino bianco secco
- olio extravergine di oliva
- sale
- pepe

## **Preparazione Arista al cavolo nero e melograno**

### **Passo 1.**

Lavate e sbollentate e in acqua salata le foglie di cavolo nero e tenetele da parte.

### **Passo 2.**

Incidetel'arista di maiale con un coltello affilato in modo da praticare delle incisioni profonde che riempirete con la pancetta affumicata tritata.

### **Passo 3.**

Legate la carne con spago da cucina e fatela rosolare in una casseruola con il burro e un cucchiaio di olio extravergine d'oliva, aggiungete il porro tagliato sottilmente e fate cuocere a fuoco vivace per cinque minuti.

### **Passo 4.**

Aggiungete i grani del melograno e il vino alla carne, salate, pepate e coprite con le foglie di cavolo messe da parte.

### **Passo 5.**

Coprite la casseruola e fate cuocere a fuoco basso per un'ora e mezza, se necessario aggiungere di tanto in tanto un po' di vino.

### **Passo 6.**

Fate raffreddare l'arista un quarto d'ora prima di eliminare lo spago da cucina ed affettare, poi servite.

## Note

- ✓ **Nazionalità:** Italiana
- ✓ **Pubblicata:** 01/10/2015
- ✓ **Calorie:** 0 a porzione
- ✓ **Rating:** 4.0 (1 review)
- ✓ **Autore:** Carmelo Scuderi (<https://www.facebook.com/ricetteregionali>)