

ci vo' nno

**la 'ndivia, j'aju friscu, la
cipolla fresca, la maggiorana,
l'erbétta, na coratèlla d'agnéju,
lo sale, lo vinu biangu e
l'oju d'uliva.**



ingredienti

**indivia, aglio fresco, cipolla
fresca, maggiorana, prezzemolo,
una coratella d'agnello, vino
bianco, olio extravergine d'oliva.**

31 - i secondi

le mazzarelle



Na 'òte che sci combrata la coratèlla, ta pulì bbone le bbuèlla, tajènnole pé lungu e levènno tuttu quello che cci sta 'endru. Se tanna sciacquà bbone, cchiù de na vote, co' acqua, acitu e sale, finènde a quandu non sò pulite come si deve. 'Endru a na foja 'e 'ndivia ci mitti nu pézzu 'e fétecu, unu de pormo' e unu de còre, j'aju, l'erbétta, la cipolla e la maggiorana. Dapò abbuticchi la foja 'ndurnu a 'ste cose e l'attacchi co' lle bbuèlla.

Piji na cazzaròla, ci mitti l'acqua e fa' bbulì. Quandu èsce a bbulì, ci cali le mazzarelle e fa' bbulì ancora pé na ddicina de minuti e dapo' le mitti a scolà. Piji n'atra cazzaròla da furnu e cci mitti l'oju d'uliva, lo sale, lo vinu biangu e fa' còce pé circa n'ora; 'nzomma, quandu s'hanno culurite po' spegne ju gasse. Se tte piace ci po' mètte la pummadora e ju diaulittu.

le mazzarelle

Una volta acquistata la coratella, bisogna pulire le budella spaccandole per il lungo e togliendone tutto l'interno. Bisogna lavarle bene e più volte con acqua, aceto e sale.

All'interno della foglia d'indivia, si mettono una striscia di fegato, una di polmone, una di cuore, aglio, prezzemolo, cipolla e maggiorana. Si avvolge l'insalata formando un involtino e si lega con le budella.

Dentro ad una pentola quando bolle l'acqua, si mettono le mazzarelle e si fanno bollire per circa 10 minuti dopodichè si mettono a scolare. A questo punto si sistemano in una teglia da forno e si aggiungono: olio extravergine d'oliva, sale, vino bianco, e si fanno cuocere al forno per circa 1 ora. La cottura è ultimata quando sono color oro. (a piacere si possono aggiungere il pomodoro e il peperoncino).

**Ristorante
Cascina alle Prezi**
di Stefano & Walter

Nella nostra "Cascina" gli antichi sapori
si fondono con le antiche tradizioni
di una cucina sana e genuina

certificato di qualità
"Ristorante Tipico Italiano" 2005

Carte di credito: tutte

Via Don Paolo Frezziini snc Sante Marie (AQ) - tel/fax 0863-679267 - e-mail: cascinaalleprezi@libero.it

chiuso il mercoledì

L'isola dei sapori

Via Don Minzoni - Avezzano - Tel/Fax 0863.20154
isoladeisapori1@virgilio.it