

# STUFATO



MILANO 2015

NUTRIRE IL PIANETA  
ENERGIA PER LA VITA  
NOURRIR LA PLANETE  
ENERGIE POUR LA VIE  
FEEDING THE PLANET  
ENERGY FOR LIFE

Tipica ricetta Montaldese e dell'Oltrepò Pavese è lo stufato, che si tramanda da generazione in generazione.

Per la preparazione di questo piatto occorrono:

- 2kg di carne di manzo
- 100g di lardo
- Mezzo bicchiere d'olio d'oliva
- Una cipolla, una carota e una costa di sedano
- Sei spicchi d'aglio
- Chiodi di garofano
- Noce moscata
- Sale e pepe
- Cinque foglie d'alloro
- Due bicchieri di vino rosso, Barbera

Questa ricetta venne tramandata dalla mia bis nonna a mia nonna e da mia nonna a mia madre ed ora tocca a me e a mia sorella imparare la sua preparazione.

Nella mia zona è un piatto tipico da cucinare nelle feste, prima del Natale o prima di Pasqua si prepara per accompagnarlo ai ravioli oppure semplicemente come secondo piatto.

Non è un piatto difficile da preparare, si prende il lardo e si trita finemente, mia nonna usava tritarlo con un coltello chiamato mezza luna e scaldato per poterlo tritare con facilità, mia madre invece utilizza il frullatore.

Si prende una pentola abbastanza alta e si mette il lardo tritato finemente e si aggiunge la cipolla, la carota, la costa di sedano e mezzo bicchiere di olio.

Poi si prende la carne di manzo e si fanno dei fori con un coltellino appuntito, devono essere un po' distanti gli uni dagli altri e devono partire dall'interno verso l'esterno.

Si sbuccia l'aglio e si mette uno spicchio in ogni foro, mi ricordo molto bene questa parte, mia nonna voleva sempre farlo fare a me, ma dato che odiavo l'odore dell'aglio cercavo sempre di nascondermi.

Si prende la carne e si cosparge con noce moscata, sale e pepe.

A questo punto si mette la pentola sul fuoco, mia nonna la metteva sempre sulla stufa al posto dei fornelli.

Si lascia sciogliere il lardo lentamente, quando è completamente sciolto si aggiunge la carne e una decina di chiodi di garofano, io e mia sorella andavamo in giardino a prendere le foglie di alloro e chi portava le più belle le aggiungeva in pentola, poi si fa rosolare la carne da tutti i lati.

Infine si aggiungono due bicchieri di vino rosso, Barbera, si lascia evaporare e poi si copre con un coperchio, mia nonna sopra il coperchio usava mettere dei sassi che le portava il nonno, per essere sicuri che il coperchio non cadesse. Si lascia cuocere a fuoco molto lento per due o tre ore, girando qualche volta la carne.

La parte più bella è questa, dove si sente l'aroma e il profumo dello stufato per tutta la casa, questa ricetta non ha mai deluso nessuno, è sempre piaciuta a tutti, qui a Montalto Pavese è una tradizione Natalizia, ogni famiglia a un modo diverso per farla, alcuni aggiungono ingredienti e altri ne tolgono, questa è la ricetta tipica tramandata alla mia famiglia.

Mia mamma mi raccontava che da piccola, lei e i suoi fratelli non vedevano l'ora che arrivasse Natale solo per mangiare lo stufato preparato da mia nonna, è sempre stato il loro piatto preferito, e quando tornavano da scuola sentivano il profumo già dalla strada e correvano nel tentativo di riuscire ad assaggiarne un pezzetto.

Quest'anno toccherà a me e a mia sorella la preparazione di questo piatto, spero solo in un piccolo aiuto da parte di nostra nonna.

