

La minestra maritata

La minestra maritata è un tipico piatto di origine campana, in genere preparata secondo la più stretta tradizione napoletana per pranzi festivi quali Natale e Pasqua.

La dicitura maritata deriva dal fatto che gli ingredienti di carne e verdura, si "maritano" partecipando insieme alla minestra. La ricetta nel corso degli anni è stata notevolmente rimaneggiata eliminando o modificandone gli ingredienti che sono sempre più rari da reperire in commercio. Durante le festività tradizionali, tuttavia, nei mercatini rionali di Napoli ancora si possono acquistare le verdure tipiche per preparare la minestra maritata, che sono tipicamente cicoria, piccole scarole (scarulelle), verza e borragine, che ne conferisce una nota amarostica. In qualche variante si usa anche la catalogna (in napoletano: puntarelle).

La carne è tipicamente di maiale, con tracchie, salsicce e altri tagli.

Nella tradizione più antica invece del pane tostato si usano gli scagliuozzi, tipiche frittelle di farina di mais fritte dalla forma arrotondata, adagiate sul fondo del piatto

INGREDIENTI

- carne mista (gallina, maiale, manzo)
- verdura mista (scarole, bietole, cicoria, broccoli, cime di rapa e verza)
- cotica di maiale,
- "nnoglia" (salsicciotto di intestini di maiale salati, pepe e finocchietto)
- un osso di prosciutto,
- tracchiulelle (costine di maiale)
- 2 spicchi di aglio
- 1 cipolla
- 1 carota
- 1 costa di sedano
- 1 patata
- olio d'oliva
- pepe (o peperoncino)
- sale



PREPARAZIONE Come prima cosa prendete una pentola molto capiente, riempitela d'acqua leggermente salata e versatevi a freddo 2 spicchi d'aglio, 1 cipolla tagliata in due, 1 costa di sedano, 1 carota e 1 patata tagliata in 2-3 pezzi.

Prendete la carne che avete a disposizione e mettete da parte i pezzi più grassi, come le costine di maiale, la salsiccia e la cotica. Tutto il resto lo tagliate a pezzi più o meno grandi a seconda dei gusti e lo aggiungete nella pentola che avete preparato. In una pentola a parte invece sbollentate la carne più grassa sempre in acqua leggermente salata.

Portate ad ebollizione e fate cuocere entrambe le



pentole per almeno un'ora. Vi consigliamo questo procedimento per non appesantire troppo il brodo. Dopo un'ora infatti, eliminerete completamente il brodo di cottura della carne più grassa, ed andrete ad aggiungere i pezzi di maiale

e di cotica sgrassati insieme agli altri, continuando la cottura nel brodo per un'altra ora circa. Nel frattempo pulite le verdure miste e cominciate a sbollentarle separatamente. Per la scarola, gli spinaci e le cime di rapa sono sufficienti 2-3 minuti, mentre per broccoli, cicoria, verza e bietole qualche minuto in più. Ricordatevi che comunque la cottura continuerà nel brodo di carne che state preparando. Per sgrassare il brodo, eliminate durante la cottura la schiumetta che si forma in superficie. Se invece avete tempo a vostra disposizione preparate il brodo con molto anticipo e fatelo raffreddare. La parte grassa tenderà ad addensarsi in superficie e non dovrete fare altro che toglierla con un mestolo o un cucchiaino.

Assaggiate il brodo solo dopo aver aggiunto i pezzi più grassi e, all'occorrenza, aggiustate di sale. Trascorse le due ore di cottura il brodo sarà pronto. Aggiungete quindi le verdure sbollentate e continuate la cottura ancora per una decina di minuti circa.

COME SERVIRE Preparate i patti in questo modo. Mettete sul fondo una fresella, oppure una fetta di pane raffermo ben abbrustolito, versateci sopra le verdure e la carne con il loro brodo e aggiungete un filo d'olio, il pepe o il peperoncino macinati. Eventualmente potete aggiungere anche il formaggio grattugiato (meglio se pecorino).