

SZZV

Postfach
Schützenstrasse 10
CH-3052 Zollikofen
Tel. +41 (0)31 388 61 11
Fax +41 (0)31 388 61 12
info@szzv.ch
www.szzv.ch
www.capranet.ch
www.schweizer-gitzi.ch

FSEC

Case postale
Schützenstrasse 10
CH-3052 Zollikofen
Tél. +41 (0)31 388 61 11
Fax +41 (0)31 388 61 12
info@szzv.ch
www.szzv.ch
www.capranet.ch
www.cabri-suisse.ch



S Z Z V
F S E C
F S A C

Rigaglie di capretto con insalata di spinaci

per 4 persone

Ingredienti

- 4 Animelle (sbollentate 2 minuti e tagliate in 8 fette)
- 2 Rognoncini con il loro grasso (tagliati in 8 fette)
- 8 Fette di fegato da 20g l'una
- 1 Cuore (tagliato in 8 fette)
- 1 Scalogno sminuzzato
- Sale e pepe macinato fresco
- 50 g Olio d'oliva
- 70 g Burro

Insalata

- 150 g Spinaci invernali
- Salsa per insalata

Preparazione

Arrostire brevemente le rigaglie nell'olio d'oliva e disporle su un piatto. Cospargere il tutto di abbondante pepe macinato fresco. Lasciar sciogliere il burro in una padella, farvi imbiondire lo scalogno tritato e aggiungere poi le frattaglie. Far saltare con destrezza, aggiustare di sale e disporre su una graticola.

Condire gli spinaci invernali, dopo aver eventualmente tagliato a strisce le foglie più grandi, sistemare sui piatti e ripartirvi sopra le rigaglie.

Buon appetito!



Schweiz. Natürlich.