

# LONZA ALLE MELE E ZAFFERANO

Tanti anni fa capitammo a Todi, una piccola cittadina in Umbria davvero molto carina e cenammo in una trattoria, credo, ricordo che mangiai del pollo con le mele allo zafferano, mi è sempre piaciuto sperimentare ma allora non ero così.. “innovativa” e ancora oggi mi chiedo perchè ordinai quel piatto, sta di fatto che mi piacque moltissimo e lo riproposi a casa sotto forma di sugo per la pasta, senza pollo, con mela speck e zafferano.. mio fratello che fino ad allora credeva che le uniche cose commestibili fossero cappelletti, pollo arrosto e patatine ne rimase entusiasto, ma solo dopo l'assaggio svelai cosa c'era nel piatto.. oggi vi propongo un mix tra il piatto originale e il mio sugo rivisitato!!

## LONZA ALLE MELE E SPECK CON ZAFFERANO

200 gr di lonza  
2 mele pink lady  
1 cipolla piccola  
50 gr di speck  
20 gr di pinoli  
200 ml di panna da cucina  
1 bustina di zafferano  
olio evo  
sale, pepe



In una padella scaldate un filo di olio evo, fate soffriggere la cipolla a rondelle sottili, lo speck i pinoli e le mele a fette abbastanza sottili, fate cuocere 7-8 minuti e sfumate con il moscato, lasciate completamente evaporare. Fate attenzione e girare delicatamente per non disfare troppo le mele.

Contemporaneamente in un'altra padella cuocete le fette di lonza tagliate sottili, salate.

Unite la carne al sugo di mele, insaporite con del rosmarino tritato fine, infine unite la panna dove avrete fatto sciogliere lo zafferano, fate rapprendere e servite.



*ombelicodivenera.blogspot.it*





Ne approfitto per rendervi noto che è disponibile l'Ebook EMILIA MON AMOUR creato dalle ragazze di Muffin e dintorni questo progetto è nato dopo il terribile terremoto che ha colpito l'Emila, sono state pubblicate delle ricette durante i mercoledì social, rubrica del blog, e ne sono state selezionate 33 entrate a far parte della raccolta.

Potete acquistare l'Ebook qui a soli 5 euro e gli incassi saranno devoluti al fondo di solidarietà istituito da Coldiretti a sostegno delle imprese agricole colpite dal terremoto.

Anche io ho contribuito al progetto e ne sono molto felice e spero davvero che questo piccolo gesto possa aiutare qualcuno.

---

# TASCHE DI LONZA ALLA FETA

Ieri sera ho ricominciato il corso di nuoto, ed eccomi di nuovo attiva a sguazzare in vasca, ho ritrovato con piacere i compagni di corso, le chiacchiere con le amiche sotto i soffioni e lui che sbuffa fuori mentre mi aspetta.. ci sono alcune persone nuove e c'è sempre lui... il nostro mitico istruttore, soddisfatto, con un sorriso a 36 denti nel vedere le sue tre corsie belle piene!! Beh.. ora almeno mi sento un pò meno in colpa quando addento l'ennesimo dolcetto!!!

Oggi vi lascio questo gustosissimo secondo, fa un pò estate ma qui da me in questi giorni è caldo e io ho ancora voglia di t-shirt e infradito!!



## **TASCHE DI LONZA ALLA FETA OLIVE E MENTA**

per 2 persone

6-8 fettine di lonza sottili

100 gr di feta

3-4 foglie di menta  
15 olive taggiasche  
1/2 cipolla di tropea  
20 pomodorini  
vino bianco  
olio evo, sale  
maggiorana

Sbriciolate la feta, tritate 5-6 olive e la menta, unite tutto assieme, condite con un filo d'olio e mettete un cucchiaino di composto su ogni fetta di lonza, richiudete con degli stuzzicadenti.

In una casseruola scaldate qualche cucchiaino di olio evo, tagliate la cipolla a rondelle non troppo sottili e mettetele a cuocere, dopo pochi minuti unite la carne e fatela rosolare bene da entrambi i lati, sfumate con una tazzina di vino bianco, lasciatelo evaporare completamente e unite i pomodorini tagliati a metà e a piacere qualche oliva, fate cuocere qualche minuto poi allungate con un mezzo bicchiere di acqua, salate e fate restringere. Lavate e sminuzzate la maggiorana e spolveratela sulla carne.





ps. scusate per le foto, dopo averle "perse" tutte ho recuperato solo queste dal web