

MASSIMILIANO CAPRETTA per Spirito Contadino



*Quaglia, borragine e friggitelli*

*Capetta Morici*



## Quaglia, borragine e friggitelli

### INGREDIENTI PER 4 PERSONE:

4 quaglie intere • 300 gr di borragine e 4 peperoni  
friggitelli **Spirito Contadino** • aglio, cipolla  
e rosmarino • farina, uova e pangrattato

### PROCEDIMENTO:

Disossare le quaglie separando ali, petto, cosce e interiora. Mettere a marinare i petti con olio, vino bianco, sale, pepe e rosmarino.

Preparare delle crocchette di cosce, ali e fegatini stufando in padella aglio e cipolla con cosce, ali e fegatini. Rosolare, sfumare con del vino bianco e continuare la cottura con del brodo vegetale. Togliere le ossicine dalle cosce e dalle ali, poi passare tutto al cutter per ottenere un impasto omogeneo, aggiungendo eventualmente del pan grattato. Formare 4 palline e panarle. Nel frattempo bollire la borragine, scolarla, raffreddarla rapidamente e frullarla con sale e olio evo. Scottare i friggitelli 2 minuti in acqua bollente, scaldare una padella antiaderente e rosolare i petti delle quaglie e i friggitelli, infine friggere le crocchette ed impiattare

MASSIMILIANO CAPRETTA