

## Cavolo cappuccio brasato al profumo di limone



Quando trovo questo cavolo cappuccio appuntito (*Brassica oleracea var. capitata f. alba*) mi piace presentarlo in tavola così, condito con un burro al profumo di limone.

È una preparazione abbastanza spiccia ma estremamente saporita: oltre che da solo è un contorno ideale per moltissimi piatti.

Ecco come prepararlo, cominciando come sempre dagli ingredienti:

Ingredienti:

un cavolo cappuccio a punta, ca.	g	500
burro	g	50
brodo vegetale	cc	120
limone, scorza	CT	1
limone, succo	cc	30
sale e pepe		QB
noce moscata		QB
prezzemolo (facoltativo)		Ad Lib.

Preparazione:

Tagliare il cavolo in quattro spicchi ed eliminare poi parte del torsolo avendo cura di lasciarne abbastanza per tenere insieme le foglie.

Sciogliere una noce di burro in padella e appena è caldo farvi dorare gli spicchi di cavolo da ambo i lati per un paio di minuti.

Aggiungere il brodo vegetale, condire con sale e pepe e incoperchiare.

Cuocere a fuoco medio per una decina di minuti.

A parte, in un pentolino, far colorare appena il resto del burro a fuoco medio basso, aggiungere la scorza e il succo del limone, insaporire con sale, pepe e una bella grattugiata di noce moscata.

Disporre gli spicchi di cavolo in un piatto, cospargerli con il burro al limone e, volendo dare un tocco in più, cospargere di abbondante prezzemolo tritato.

Buon appetito!

SUGGERIMENTI E NOTE:

- In alternativa al prezzemolo e volendo dare un tocco più incisivo, utilizzare del coriandolo fresco.