

# Sella di capriolo

## Preparazione



Togliere accuratamente la membrana fibrosa dai controfiletti.



Separare i controfiletti dall'osso centrale.



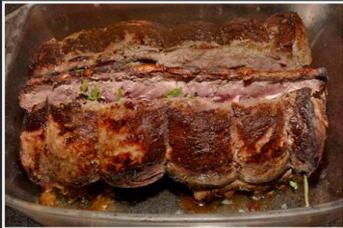
Condire con sale, pepe e erbe (timo, rosmarino) anche all'interno.



Legare con uno spago in più punti.



Rosolare rapidamente da tutti i lati in una padella con olio.



Mettere nel forno preriscaldato a 200-220° per 10-12 minuti. Nel frattempo si sciolgono 50 grammi di burro in un padellino, con aggiunta di timo, rosmarino e qualche bacca di ginepro schiacciata. Si toglie la sella dal forno, si tagliano i nodi dei legacci e si irroro la sella con il burro condito con le erbe. Si rimette la sella nel forno spento e con la porta semiaperta per circa 10 minuti.



Si stacca completamente la carne dall'osso, la si taglia a fettine.

Servire con spätzli (gnocchetti), cavolo rosso in umido, delle castagne agro-dolci caramellate, una salsa ai funghi.