

# CAPPONE LESSATO

Ingredienti per 8 persone:

- 1 cappone
- 1 cipolla
- 1 costa di sedano
- 1 carota
- sale
- pepe

Questa cottura è la più indicata per il cappone dalla cui carne si ricava un ottimo brodo.

Salatelo e pepatelo internamente.

Mettetelo in una pentola con abbondante acqua fredda, salate, aggiungete la cipolla, la carota e il sedano.

Portate a bollire a fuoco basso e poi fate sobbollire per 2 ore e anche più.

Lasciate intiepidire un poco il cappone nel suo brodo, quindi sgocciolatelo, togliete la pelle, tagliatelo a pezzi e ricomponetelo sul piatto da portata.

Servitelo con la salsa verde o con la mostarda di frutta piccante.