

## Capesante.

**Tempo preparazione:** 50 minuti

**Difficoltà:** facile

4 persone

### Ingredienti:

- 12 capesante fresche
- 12 fette di lardo d'Arnad DOP
- 500 g di asparagi freschi
- Uno scalogno
- Mandorle pelate
- Olio extravergine d'oliva

### Per il brodo:

- 1 carota
- 1 cipolla
- Mezza zucchini
- 2 parti finali di gambi di asparagi
- 1,5 l d'acqua fredda
- Sale

### Procedimento

Preparate un brodo vegetale pulendo e sbucciando tutti gli ortaggi. Ponete il tutto in una pentola, riempitela d'acqua fredda, mettetela sul fuoco, portate a ebollizione, abbassate la fiamma e fate sobbollire per circa 30 minuti. Filtrate con un colino a maglie strette (e un panno pulito per avere una crema priva di impurità). Lavate, asciugate e tagliate gli asparagi a tocchetti. Tritate lo scalogno e soffriggetelo in padella con due cucchiaini d'olio extravergine d'oliva. Quando sarà dorato, aggiungete gli asparagi, un pizzico di sale e bagnate col brodo vegetale filtrato. Proseguite la cottura finché gli asparagi non saranno morbidi. Frullate con un mini-pimer e setacciate con un colino per eliminare le fibre. Rimettete la crema sul fuoco per ridurla e ottenere la consistenza desiderata. In una padella tostate le mandorle pelate. Quando saranno pronte, mentre sono ancora calde – ma senza scottarsi – tritatele al coltello o, se preferite, usate il trita-frutta secca senza ridurle in polvere. Pulite le capesante tenendo solo la parte grigiastria, la noce (il corallo non va gettato, usatelo per fare una pasta). Fasciatele sul fianco con una fetta di lardo d'Arnad DOP.





## *Gli editoriali.*

In una padella antiaderente – se avete una lionese in ferro, usatela – rosolate le capesante col lardo sulle parti superiore e inferiore. Il lardo si ammorbiderà col calore senza asciugarsi e diventerà quindi più sapido. In un piatto da portata versate un paio di cucchiaini di crema di asparagi e allargatele a specchio, cospargete un po' con le mandorle tostate tritate e, infine, servite tre capesante per commensale.