

Ho cercato di scoprire la traduzione di Cachopo, ma non l'ho trovata. Figuratamente significa...ostacolo, pericolo, che non ha niente da vedere con la ricetta.

Certo, se uno consumasse da solo il **Cachopoche può pesare minimo mezzo chilo...**, potrebbe **essere un pericolo per lo stomaco..., che deve digerirlo!**

L'ho mangiato e gustato un paio di volte ad **Oviedo**, Asturia, Spagna, perché **è uno dei piatti tipici della tradizione di questa regione, anche se non è molto pubblicizzata.**

E' una specie di sandwich, di Cordon Bleu..., è una cotoletta di vitello ripiena di prosciutto e formaggio. Anche con varianti, è sempre un ottimo piatto.

Io, l'ho modificato a mio uso e piacere, sostituendo alcuni ingredienti.

Il primo requisito vincente è la carne. **Usare la fesa di vitello**, con la garanzia che proviene da un allevamento di vitelli curati e controllati, per evitare carne stopposa, dura, filamentosa.

Poi, per riempire, ho alternato al prosciutto e formaggio morbido, la mortadella.

Non l'ho fritta, per motivi di salute, **ma l'ho cotta al forno a gas, a 200°**, anche se ci vuole più tempo.

Purtroppo il pan grattato tende a staccarsi dalla carne, quando la devi rivoltare, la crosta si stacca... ma si può recuperare, aggiungendone altro. Come contorno si consiglia l'insalata verde, o le patate fritte, o i peperoni arrostiti, o i funghi.

In Asturia usano un tipo di **peperone rosso candito**, mi hanno anche insegnato a farlo, ma la patata fritta, ha il suo fascino!

Alla fine, in Asturia ,guarniscono il Cachopo con crema di formaggio morbido Cabrales, io ho usato le sottilette.

Ingredienti

- 500 grammi di fesa di vitello
- 4 fette di Prosciutto dolce o cotto
- 4 fette di Mortadella
- formaggio morbido 100 gr
- Sottilette 2
- Pepe Nero q.b.
- Uova 1
- Pangrattato
- Olio d'oliva

Ho ammorbidito la carne battendola con un bicchiere.

Ho aggiunto un po' di pepe e sale, l'ho infarinata per asciugarla e quindi ho bagnato solo una faccia della carne nell'uovo sbattuto.

Poi nel pangrattato, sempre una faccia.

In un tegame rivestito con carta da forno, ho versato vino bianco **ed olio ed ho depositato la prima fetta**. Ora ho messo le quattro fette di prosciutto, il formaggio e le quattro fette di mortadella. L'ho coperta con l'altra fetta di carne, infarinata, bagnata nell'uovo e nel pan grattato.

L'ho infornato ed a metà cottura, circa 20 minuti, ho girato il Cachopo, se occorre, ricoprire la parte in alto con altro pane grattugiato e cuocere per altri venti minuti.

Spegnere il gas, mettere le due fette di sottilette ed aspettare altri cinque minuti, rimettendo la pentola nel forno.

Quindi..., mettere il Cachopo in un piatto e tagliare..., si vede il ripieno ed un po' di formaggio sciolto, scivola..., nel piatto.

Lo deve fare. Nel piatto metto il contorno di patate fritte ed ora..., **stomaco mio fatti coraggio!**

In Spagna, si beve la Sidra, vino leggero di mele, **noi non possiamo fare a meno del Montepulciano rosso.**

Le foto sul link:

<https://plus.google.com/photos/102927067766305302836/albums/6056728835620371889?biw=991&bih=564&q=google%20foto&ie=UTF-8&sa=N&tab=iq&gpsrc=glp0>

Luciano Pellegrini agnpell@libero.it
cell +393404904001