

---

## Balkenbrij, pane di carne

**Autore:** Fabio Di Nunno

**Fonte:** Città Nuova

### **Il balkenbrij, un pane di carne, è una classica ricetta della tradizione culinaria olandese**

Il balkenbrij, un pane di carne, è una classica ricetta della tradizione culinaria olandese a base, per l'appunto, di carne. La preparazione è semplice, ma bisogna mettere in conto la necessità di lasciare riposare il composto per alcune ore in frigorifero in modo da fargli assumere una certa consistenza.

**Ingredienti per 4 persone** 500 g di carne di manzo tritata 150 g di grano saraceno ½ l di brodo di carne 1 uovo 1 cipolla 1 spicchio d'aglio 1 cucchiaino di sale 2 chiodi di garofano 1 foglia di alloro noce moscata q. b. pepe q. b. burro q. b. pan grattato q. b. **Tempo di preparazione** Un'ora di lavorazione e 4 ore di riposo in frigorifero. Soffriggere cipolla e aglio tritati nel burro, aggiungere la carne macinata e stufare. Aggiungere la farina di grano saraceno, il sale, gli aromi, il brodo e lasciare cuocere fino a quando la massa si asciuga e non aderisce più alla pentola. Aggiungere l'uovo, impastare e mettere il composto in una terrina bagnata (passata precedentemente sotto l'acqua fredda). Lasciare riposare alcune ore nel frigorifero. Tagliare il balkenbrij a fette dello spessore di circa 2 cm. Quindi, se lo si desidera, far sciogliere del burro in una padella, deporvi le fette di balkenbrij e spolverarvi il pan grattato. Lasciare cuocere fino alla doratura delle fette di balkenbrij. Servire con delle patate saltate in padella e/o con del cavolo rosso stufato. *(Ricetta adattata da "L'Europa a tavola. Un viaggio gastronomico attraverso l'Europa", Europe Direct di Bolzano e Innsbruck, 2012)*