

SECONDI PIATTI

Arrotolato di vitello all'arancia

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa COSTO: basso REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



INGREDIENTI

700 g circa di polpa di vitello (con la rete)
2 arance tarocco
2 cucchiaini di burro
1 cipolla rossa media
sale
pepe nero
zenzero in polvere.

PREPARAZIONE

1 Scaldare in una pentola antiaderente con pareti alte i due cucchiaini di burro; quando sono fusi, aggiungere la cipolla tagliata a fettine sottili, finché non appassisce.

Unire l'arrotolato di vitello tenuto insieme con la sua rete, e farlo rosolare a fiamma viva. Nel frattempo, tagliare alcune fettine di buccia delle arance, avendo cura di non comprendere anche il bianco interno, e ridurle a striscioline. Unire la buccia delle arance al fondo di cottura dell'arrotolato.

Spremere il succo delle arance, unire il succo al fondo di cottura, abbassare la fiamma e

coprire la pentola col suo coperchio, aggiungendo una spolverata di zenzero.

La cottura a fiamma bassa si prolunga per circa un'ora e mezza.

Per servire: quando l'arrotoato si sarà freddato, tagliarlo sul tagliere a fettine sottili, che andranno scaldate col fondo di cottura e aggiustate da ultimo di sale e pepe nero.