

SECONDI PIATTI

## Fracosta di manzo in crosta

---

LUOGO: **Europa / Italia**

DOSI PER: **8 persone**    DIFFICOLTÀ: **bassa**    PREPARAZIONE: **30 min**    COTTURA: **75 min**    COSTO: **medio**

REPERIBILITÀ ALIMENTI: **facile**

---



### INGREDIENTI

FRACOSTA DI MANZO 2 kg  
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 1  
bicchiere  
SALE  
PEPE NERO  
ROSMARINO 1 rametto  
SENAPE 250 gr  
PASTA SFOGLIA 250 gr  
UOVA 1

Ospiti importanti su cui volete fare bella figura?  
Provate la ricetta della fracosta di manzo in crosta.  
Lo scrigno di sfoglia racchiude la carne, saporita e  
succosa. Un secondo da riservare per le occasioni  
importanti o per i momenti in cui si ha voglia di  
preparare un piatto sontuoso. Quindi il piatto  
adatto per il pranzo di Natale!

### PREPARAZIONE

**1** Condite la fracosta con sale, pepe e aghi di rosmarino e legatela con lo spago da cucina.

Scaldare in una padella dell'olio, trasferitevi la fracosta e rosolatela uniformemente su tutti i lati in modo tale da sigillare al suo interno i sughi della carne.



**2** Adagiate la fracosta su di una teglia da forno con il sugo di cottura e cuocetela in forno a 180°C per circa 45 minuti.



**3** Il cuore della fracosta deve rimanere molto al sangue.

Lasciate freddare la carne, quindi spalmatevi la senape uniformemente ed avvolgetela nella pasta sfoglia fino a ricoprirli interamente.



4 Bucate la pasta sfoglia con una forchetta e spennellatela con il rosso dell'uovo.



5

Infornate a 200°C per 30 minuti. Servite la fracosta a fette.