

SECONDI PIATTI

Fracosta in crosta

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: media PREPARAZIONE: 30 min COTTURA: 75 min COSTO: medio

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



Un secondo da riservare per le occasioni importanti o per i momenti in cui si ha voglia di preparare un piatto sontuoso. Lo scrigno di sfoglia racchiude la carne, saporita e succosa. Ottimo piatto delle feste.

INGREDIENTI

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

PREPARAZIONE

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

Scaldate 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.