

SECONDI PIATTI

Roast beef agli agrumi

LUOGO: Europa / Italia

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



INGREDIENTI

vitello circa 600/700 g
1 limone possibilmente non trattato
2 arance non trattate
2 rametti di rosmarino
1 spicchio d'aglio
olio exv
1 dado vegetale
poca farina
sale
pepe.

PREPARAZIONE

1 Macerare in una bacinella la carne per 12- 16 ore con: sale e pepe, succo del limone, succo delle arance, scorza delle arance e del limone tagliata a striscioline sbollentate per 3 volte per 1 minuto, i rametti di rosmarino l'aglio e un filo d'olio.

Coprire la bacinella con la pellicola e mettere in frigorifero per tutta la notte.

L'indomani sgocciolare la carne e rosolare con olio e rosmarino, spruzzare con mezzo bicchiere di vino bianco, bagnare con la marinata e il dado vegetale.

Cuocere coperto per 2 ore.

Far raffreddare e avvolgere la carne in carta d'alluminio.

Al momento di servire tagliare a fettine e far intiepidire in forno.

Salsa

Togliere i rametti di rosmarino e scaldare con una noce di burro infarinata in modo da addensare a crema.