

SECONDI PIATTI

Arista tonnata

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa PREPARAZIONE: 20 min COTTURA: 45 min COSTO: basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



Chi non conosce il vitello tonnato? Un must delle estati più calde! Bene, noi abbiamo pensato di renderlo low cost utilizzando un pezzo del maiale a basso costo, ovvero con il maiale. L'arista tonnata è una valida ma soprattutto ottima alternativa al classico piatto più conosciuto.

Provate questa versione del "vitello tonnato" e vedrete che non noterete quasi la differenza, anzi potrebbe piacervi anche di più! Se amate le ricette che prevedano l'utilizzo del tonno, vi diamo anche quest'altra ricetta gustosa: [involtini di zucchine](#) al tonno, favolose!

INGREDIENTI

ARISTA 600 gr
SENAPE 2 cucchiaini da tavola
SEDANO 1 costa
CAROTE 1
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4
cucchiaini da tavola
SALE

PER LA SALSA TONNATA

MAIONESE 5 cucchiaini da tavola
TONNO SOTT'OLIO 160 gr
CAPPERI 2 cucchiaini da tavola

PREPARAZIONE

1 Pulite il sedano e le carote e tagliatele a pezzettoni.



2 Scaldate un bel giro d'olio extravergine d'oliva in un tegame possibilmente in ghisa, unite le verdure a pezzettoni e fate soffriggere.



3 Nel frattempo legate l'arista con lo spago affinché mantega la forma in cottura.



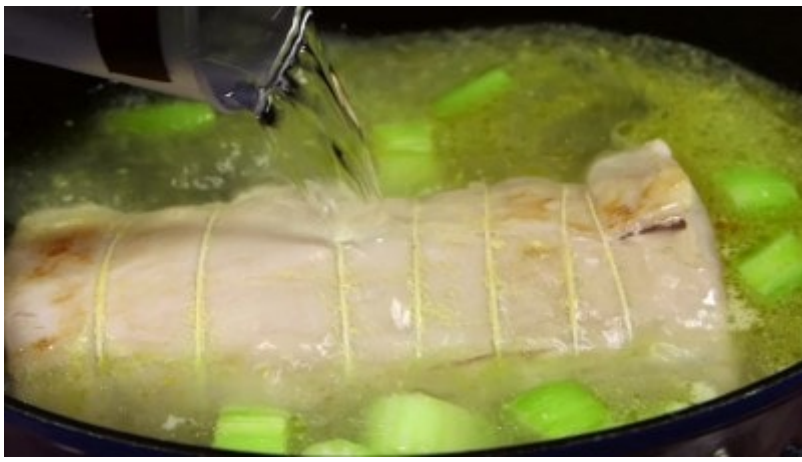
4 Cospargere il pezzo d'arista con la senape in modo uniforme.



5 Trasferite l'arista nel tegame e fatela rosolare su tutti i lati.



6 Una volta ben rosolata, coprite la carne con l'acqua e salate adeguatamente. Coprite con un coperchio e lasciate cuocere per circa 40 minuti.



- 7** A cottura ultimata, prelevate l'arista dal tegame e mettetela da parte a riposare e raffreddare.



- 8** Fate ridurre il fondo di cottura dell'arista in modo tale da non avere quasi più liquido, quindi frullatelo con un frullatore ad immersione. Utilizzerete due cucchiaini di questa salsa per insaporire la salsa tonnata.



9 Per la salsa tonnata riunite nel bicchiere del frullatore ad immersione il tonno, due

cucchiaini del fondo di cottura dell'arista e i capperi. Date una prima frullata.



10 Aggiungete la maionese e frullate di nuovo per ottenere un composto omogeneo.



- 11 Tagliate finemente l'arista, meglio se con l'affettatrice per avere fette uniformi nello spessore. Disponete le fette d'arista in un vassoio e cospargetele di salsa tonnata.



- 12 Decorate con qualche cappero e servite in tavola a temperatura ambiente.

