

SECONDI PIATTI

Arrosto di lonza alle verdure

di: *Cipolla77*

LUOGO: **Europa / Italia**

DOSI PER: **6 persone** DIFFICOLTÀ: **bassa** PREPARAZIONE: **25 min** COTTURA: **135 min** COSTO: **basso**

REPERIBILITÀ ALIMENTI: **facile**

NOTE: + *15 MINUTI DI RIPOSO*



L'**arrosto di lonza alle verdure** è un secondo piatto di carne molto gustoso e saporito, perfetto per chi vuole portare a tavola qualcosa di semplice ma scenografico. Per fare questa preparazione non serve essere grandi chef stellati, anzi è una ricetta adatta a tutti quelli che amano preparare piatti rustici e casarecci. Assicuratevi di avere un taglio di carne adatto a questa preparazione e il più del lavoro è fatto! Se amate gli arrosti provate anche quello di [coniglio](#), strepitoso!

INGREDIENTI

LONZA DI MAIALE 850 gr

CAROTE 350 gr

SEDANO 200 gr

CIPOLLE ROSSE 2

ROSMARINO 4 rametti

SALVIA 10 foglie

BURRO 1 cucchiaio da tè

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4

cucchiari da tavola

VINO BIANCO ½ bicchieri

BRODO DI CARNE

SALE GROSSO

PEPE NERO

PREPARAZIONE

1 Quando volete realizzare la ricetta dell'arrosto alle verdure, in un mixer riunite un pizzico di sale grosso, qualche grano di pepe nero, le foglioline di 2 rametti di rosmarino e 5 foglie di salvia.

Tritare finemente e usate questo trito aromatico per massaggiare la lonza su tutti i lati.

In una pentola fate sciogliere il burro con l'olio, aggiungete l'arrosto e fatelo rosolare uniformemente, anche alle estremità, mettendo l'arrosto in posizione verticale.



2 Quando l'arrosto è diventato di un bel colore dorato aggiungete tutte le verdure tagliate a pezzi abbastanza grossolani e ancora un trito aromatico di rosmarino e salvia.





3 Sfumare con il vino bianco, fate evaporare e aggiungete quindi qualche mestolo di brodo.





- 4 Coprite e cuocete a fiamma bassa per circa 2 ore, girando l'arrosto ogni tanto e aggiungendo altro brodo man mano che il fondo di cottura di asciuga.

A cottura ultimata avvolgete l'arrosto in carta alluminio e lasciatelo riposare per 10-15 minuti.

Con un frullatore ad immersione frullare leggermente le verdure rimaste nella pentola senza ridurle completamente in purea, dovete solo ispessire la salsa.





- 5 Tagliate quindi la lonza a fette abbastanza sottili e servitela con qualche cucchiaino del sugo di verdure.





CONSIGLIO