

SECONDI PIATTI

Filetto di vitello alla liquirizia

di: *frangipane*

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: media PREPARAZIONE: 10 min COTTURA: 15 min COSTO: medio

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



INGREDIENTI

- 1 filetto di vitello da circa 800 g
- 2 cipolle di Tropea
- poco sedano
- poca liquirizia
- 1 spicchio d'aglio
- 50 gr di burro
- 3-4 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- sale e pepe.

PREPARAZIONE



2 Dal filetto ricavate 4 fette.

Lavate le coste di sedano, privatele dei filamenti che le rivestono, tagliate ognuna in tre pezzi.

In una padella mettete un filo d'olio, il sedano e fate rosolare leggermente, unite qualche cucchiaio di acqua, coprite e cuocete per qualche minuto mantenendo il sedano al dente.



3 Affettare le cipolle e fatele rosolare leggermente in una padella con 30 g di burro, salatele, bagnatele con qualche cucchiaio di acqua, copritele e fatele stufare a fuoco dolce finchè risulteranno fondenti.



- 4 In una padella scaldare il burro rimasto con un filo d'olio, lo spicchio d'aglio intero e la liquirizia spaccata in senso verticale in quattro parti rosolateci i filetti da entrambi i lati, cuoceteli per alcuni minuti mantenendoli rosa all'interno e regolare di sale e pepe.



- 5 Distribuite le cipolle stufate al centro dei piatti, sistemateci sopra i filetti e porre accanto i pezzi di sedano.

Intanto, versate 3 cucchiai d'acqua nel fondo di cottura dei filetti e cuocete per alcuni istanti facendo ruotare la padella in modo da raccogliere bene i succhi depositati dalla carne.

Appena il fondo risulterà ben legato, versatelo sui filetti.

