



Filetto di manzo in gremolata



Ingredienti per 4 persone

| | | | |
|-------|---------------------------------------|------|---|
| n° 4 | Filetti di manzo (200/220 g ciascuno) | n° 1 | Bicchiere di olio extravergine di oliva |
| n° 1 | Bicchiere di vino rosso | n° 1 | Scorza di limone grattugiato |
| 250 g | Pomodoro tipo San Marzano | n° 1 | Spicchio di aglio mondato e tritato |
| n° 1 | Cipolla bianca | n° 1 | Ciuffo di prezzemolo |
| n° 1 | Costa di sedano | n° 8 | Cucchiari di panna vegetale da cucina |
| n° 1 | Carota | q.b. | Sale |
| q.b. | Farina bianca | q.b. | Pepe bianco |
| n° 1 | Litro di brodo vegetale di dado | | |

Preparazione

1. Sciacquare rapidamente sotto un getto d'acqua fredda corrente i filetti, quindi infarinarli leggermente.
2. Versare tutto l'olio in un largo tegame insieme ad un cucchiaio di cipolla tritata; appena la cipolla è imbriondita disporre i filetti in un unico strato e rosolarli (3 minuti per lato) a fuoco vivo.
3. Togliere i filetti e mettere nel tegame tutto il trito di cipolla tritata grossolanamente, aglio, carota lavata, grattata e divisa longitudinalmente in quattro pezzi e costa di sedano lavata, privata dei filamenti e tagliata in tocchetti ottenuto mettendo tutti gli ortaggi con un mestolo di brodo ed un pizzico di sale e pepe in un mixer.
4. Far appassire gli ortaggi, rimettere i filetti, rigirarli e bagnarli con tutto il vino che va fatto evaporare; unire i pezzi di pomodoro lavati, sbollentati, pelati e spezzettati grossolanamente ed aggiustare di sale e pepe.
5. Coprire, abbassare la fiamma e continuare la cottura lentamente per almeno un'ora, bagnando ogni tanto con un po' di brodo: il sugo, a fine cottura, dovrà essere abbondante, ma non liquido.
6. Cinque minuti prima della fine della cottura preparare la gremolata unendo nel tegame un trito ottenuto con la buccia di un limone, un ciuffo di prezzemolo lavato asciugato e tritato finissimo ed i cucchiari di panna.
7. Far sobbollire per un'altra mezz'ora; regolare di sale e pepe e servire i filetti ben caldi, ricoperti dal fondo di cottura, accompagnandoli, con verdure lesse o patate in umido.