Brasato di manzo

PROCEDIMENTO

Lavare e preparare gli odori. Legare la carne con lo spago. Mettere la carne in teglia, rotolarla nell’olio. Cuocere in forno a 190°C per 30 minuti. Spruzzare di vino bianco, cuocere altri 10 minuti a 200°C, rigirare la carne e poi mettere a 160°c per 40 min. Mettere gli odori spezzettati in padella , aggiungere il vino, salare, aggiungere l’olio di cottura della carne, frullare, mettere la carne in padella per 5-10 minuti a fuoco basso. tagliare a fette, aggiungere il sugo, servire calda.

INGREDIENTI

(a persona)

- lucertolo o sottofesa di manzo 120 g
- carote 4 g
- sedano 3 g
- cipolla 6 g
- vino bianco 7 g
- olio extra vergine di oliva qb
- sale qb