

Roast beef sdolcinato



La tagliata di roast beef sembra la protagonista di questa ricetta, in realtà è ancora la cipolla di Breme a farla da padrona. Cucinata con aceto balsamico e zucchero è un'ottimo accostamento per gli amanti della carne rossa!

INGREDIENTI

1. 800 gr di roast beef o controfiletto
2. 500 gr di cipolle rosse (io avendole, ho utilizzato quelle di Breme)
3. una noce di burro
4. olio qb
5. 30 ml di aceto balsamico
6. un cucchiaino colmo di zucchero
7. sale e pepe qb

PREPARAZIONE INGREDIENTI

- elimina il grasso dalla carne
- fai insaporire in olio, sale, pepe, rosmarino il roast beef qualche ora per renderlo più gustoso alla veloce cottura che farai alla griglia
- affetta a spicchi spessi le cipolle

PROCEDIMENTO

- in una padella antiaderente fai scaldare l'olio e quando caldo aggiungi la noce di burro
- quando anche il burro si è sciolto aggiungi le cipolle e lasciale soffriggere delicatamente
- quando le cipolle si sono ammorbidite, aggiungi aceto balsamico e zucchero
- aggiungi il sale e lasciale stufare fino a quando saranno morbide ma NON sfatte!
- riscalda bene la bistecchiera o una padella antiaderente e fai scottare la carne da entrambi i lati, fino a raggiungere la cottura desiderata: se preferisci che la parte interna rimanga rosata, 4/5 minuti per lato sono sufficienti
- taglia a fette spesse un cm il pezzo di roast beef
- foderà un piatto da portata con le cipolle in agrodolce ed adagia la tagliata di roast beef sul letto di cipolle

Servi con una birra freschissima e buon appetito!!!!!!

