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 cucchiaio 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
- fodera 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!!!!!







Filetto di manzo marinato al limone



Beh che dire…il filetto di manzo si presenta da solo. E' una carne tenerissima, un pò costosa forse, ma quando mangio carne rossa, scelgo questa. La ricetta del filetto di manzo marinato al limone è della "Nonna Giulia", e se vuoi mangiarlo al top, lascia riposare la carne almeno mezza giornata!

INGREDIENTI

1. 500 gr di filetto di manzo intero
2. 2/3 limoni
3. prezzemolo qb

4. 2 spicchi d’aglio
5. capperi
6. olio EVO qb
7. sale e pepe qb

PROCEDIMENTO

- Taglia a fettine non altissime il filetto (mezzo cm circa)
- in un recipiente di vetro, adagia le fettine di filetto di manzo e comincia a fare gli strati aggiungendo succo di limone, qualche fesina d’aglio, capperi, prezzemolo, sale, pepe ed un filo d’olio, adagia nuove fettine di filetto di manzo e continua così a creare strati
- lascia marinare il filetto di manzo almeno 4 ore, il limone deve cuocere la carne (lo prepari la sera per il giorno dopo o di giorno per la sera)

Personalmente amo le cose semplici e preparo il filetto di manzo con questi ingredienti, volendo a tuo gradimento puoi aggiungere qualche acciughina, delle olive taggiasche…spazio alla fantasia, ma senza esagerare!

Buon appetito!!!!!



Frittata di pasta



La frittata di pasta è una ricetta furbissima, mia mamma la preparava sempre quando andavo in gita con la scuola in

alternativa ai soliti panini che diventano ciccosi. Valida idea di riciclo, se ti avanza della pasta o se hai sbagliato le dosi. Anche d'estate, se hai voglia di primo ma non lo vuoi fumante è ottima anche fredda. La frittata di pasta, pur con semplici ingredienti è un piatto completo, lo puoi preparare la sera per il giorno dopo e si presta ad accompagnare i tuoi pranzi nelle prossime scampagnate!

★ INGREDIENTI ★

1. 500 gr di pasta , si prestano le linguine o gli spaghetti
2. 6 uova grandi
3. formaggio grana abbondante
4. olio evo qb
5. sale qb
6. pepe qb

★ PROCEDIMENTO ★

- Cucina gli spaghetti come normalmente fai
- scolali, condisci con un pò d'olio per non farli incollare troppo e lasciali intiepidire
- in una zuppiera capiente sbatti uova,sale,pepe e formaggio
- aggiungi la pasta e amalgama bene
- in una padella metti olio abbondante, rovescia il composto e dai forma alla tua frittata
- quando ha raggiunto la compatezza, girala e cuoci l'altro lato
- adagiala su un piatto ricoperto di carta assorbente

La tua frittata di pasta è pronta, buon appetito!!!!

Risotto gamberetti e limone



Che sorpresa questo risotto gamberetti e limone! Un sapore che non puoi immaginare! Il limone è il protagonista d'eccellenza: oltre a dare un buon profumo rende delicatissimo questo piatto! Merita di essere preparato con i gamberetti freschi!

★ INGREDIENTI ★

1. Una confezione di gamberetti surgelati già sgusciati

   o gamberetti freschi
2. Riso qb x 4 persone 350 gr circa, io doso a pugni ed avendo le mani piccole faccio 2 pugni dei miei a persona
3. 1 limone
4. Dado per Brodo vegetale
5. Mezzo bicchiere di vino bianco
6. Un porro
7. Burro
8. Sale qb
9. Pepe qb

★ PREPARAZIONE INGREDIENTI ★

- Sbollenta in acqua salata per 3/4 minuti i gamberetti sgusciati (surgelati o freschi)
- Scolali con la schiumarola: l'acqua la userai come brodo
- Lava e affetta a rondelle sottili il porro, se vuoi puoi usare anche la cipolla
- Lava bene il limone, grattugia la buccia e spremine il succo

★ PROCEDIMENTO ★

- Aggiungi il dado nel pentolino con l'acqua dove hai scottato i gamberetti e mettilo sul fuoco con fiamma bassa
- In una pentola metti il burro e soffriggi il porro
- Quando si è appassito, aggiungi il riso e fallo tostare
- Sfuma con il vino bianco, aggiungi il succo di limone e mescola bene
- Aggiungi il brodo man mano che occorre

- A cottura ultimata del riso, aggiungi i gamberetti, la buccia del limone grattuggiata, il pepe e mescola bene
- Spegni il fuoco aggiungi una noce di burro per mantecare

Servi il tuo risotto gamberetti e limone fumante e…buon appetito!