

SECONDI DI CARNE

Vitello farcito al profumo di erbe (versione 2)

Tradizione: Basilicata

DOSI

4 persone

■ Ingredienti per 4 persone

Fesa di manzo (fette da 600 g)	600 g
Insalata cicoria	500 g
Formaggio parmigiano grattugiato	2 cucchiai
Cipolla	1
Carota	1
Sedano	1 costa
Uovo	1
Maggiorana	alcune foglie
Rosmarino	1 rametto
Salvia	alcune foglie
Vino bianco	1 bicchiere
Olio d'oliva extra-vergine	5 cucchiai
Sale	

■ Preparazione

- 1 Lavate e pulite la cicoria. Versate poca acqua in una pentola, mettetela sul fuoco e aggiungete un pizzico di sale. Quando l'acqua bolle, aggiungete la cicoria.
- 2 Fate cuocere per 34 minuti e poi scolatela. Tagliatela a pezzettini minuscoli. Ora sgusciate l'uovo e poi separate l'albume dal tuorlo.
- 3 Mettete il tuorlo in una scodella, aggiungete i due cucchiai di parmigiano e la cicoria. Con un forchetta mescolate il tuorlo dell'uovo, il parmigiano e la cicoria.
- 4 Passate poi alla carne. Prendete la fetta di fesa, e battete la carne fino a quando si è allargata e assottigliata. Salate la carne su ambedue i lati.

- 5 Poggiate la fetta di carne su un tagliere di legno e spargetevi sopra la cicoria mescolata con l'uovo e il parmigiano. Aggiungete poi un cucchiaino di foglioline di maggiorana.
- 6 Arrotolate la carne fino a formare un grande rotolo e legatelo. Ora mettete il rotolo su una teglia e aggiungete i 4 cucchiari di olio.
- 7 Mettete la teglia sul fuoco e fate cuocere a fuoco vivace finché la carne non diventa dorata. Togliete la carne dal fuoco. A parte tagliate la carota a dischetti, la costa di sedano a pezzetti e la cipolla in 4 parti.
- 8 Aggiungete alla carne la carota, il sedano e la cipolla, un rametto di rosmarino e 3 foglie di salvia. Infine bagnate la carne con mezzo bicchiere di vino bianco.
- 9 Nel frattempo fate scaldare il forno a 200 gradi e infornate la teglia per circa un'ora. Togliete la carne dal forno, poggiatela su un tagliere e lasciatela intiepidire.
- 10 Tagliate l'arrosto a fette non troppo sottili. Dal sugo di cottura, che è rimasto nella teglia, togliete il rosmarino e la salvia.
- 11 Versate il sugo di cottura, le carote, il sedano e la cipolla in un frullatore, oppure in un passaverdure. Frullate alla massima velocità per un minuto.
- 12 Disponete la carne su un piatto di portata e servitela con la salsa ottenuta.