

UNA RICETTA OGNI 15 GIORNI

1 Giugno 2011

Milanesine in Saor Tempo di Preparazione: circa 40 minuti

INGREDIENTI

PER 4 PERSONE

Fesa di vitello magra a fette, 800 grammi

Cipolle di Tropea, 3 di buone dimensioni, Pinoli, una manciata abbondante

Uvetta Sultanina chiara, una manciata abbondante

Aceto bianco di vino di ottima qualità, 1 bicchiere

Zucchero di canna, 1 cucchiaino da caffè, Pangrattato, 500 grammi, 6 uova fresche, Sale, Olio Extravergine di Olive

ATTREZZATURA NECESSARIA

Coltello da Cucina, 2 forchette e 1 cucchiaino, Tagliere

Una piccola insalatiera per il pangrattato

1 piatto ampio per sistemare le milanesi panate

1 piatto foderato di carta da cucina per sistemare le milanesine dopo la frittura

Tazza per le uova, Frullatore a immersione

Tegame largo per la frittura delle piccole milanesi, Carta da cucina

Tegame medio per stufare le cipolle

Contenitore in vetro con coperchio per la conservazione della preparazione

1	Consiglio di preparare questo piatto almeno mezza giornata prima del suo consumo
2	Stendete le fette di fesa di vitello sul tagliere e mondatele da eventuali fili di grasso sui bordi
3	Tagliatele a pezzi di circa 5/6 centimetri di lato
4	Mettete bianchi e rossi di 6 uova in una grossa tazza, aggiungete un pizzico di sale e sbattete per bene con un frullatore ad immersione
5	Aggiungete alle uova tutti i tocchetti di fesa e mescolate bene con una forchetta finché tutta la carne risulti immersa nell'uovo sbattuto
6	Lasciate la carne immersa nell'uovo per almeno 10 minuti
7	Mettete abbondante pangrattato nella piccola insalatiera
8	Spolverate un cucchiaino di pangrattato sul fondo del piatto dove adagerete le milanesine panate
9	Prendete i tocchetti di carne uno ad uno e passateli nel pangrattato fino a che saranno ben panati
10	Sistemateli sul piatto formando un primo strato senza sovrapporli. Quando lo strato sarà completo date una ulteriore spolverata di pangrattato. Procedete con strati sovrapposti fino a quando avrete panato tutta la carne. Lasciate riposare mentre cominciate a stufare le cipolle
11	Prendete il tegame medio e mettete a scaldare su fuoco bassissimo un paio di cucchiai di Olio Extravergine di Olive
12	Mondate le Cipolle di Tropea e tagliatele finemente. Aggiungete nel tegame facendo attenzione a mantenere sempre il fuoco molto basso. Le cipolle non dovranno soffriggere ma stufare lentamente. Mescolate spesso
13	Dopo circa 15/20 minuti quando tutte le cipolle si saranno ammorbidite salate appena e levate dal fuoco. Aggiungete la manciata abbondante di Uvetta Sultanina chiara e mescolate per bene
14	Sciogliete un cucchiaino da caffè di Zucchero di Canna in un abbondante bicchiere di buon aceto bianco di vino
15	Aggiungete il bicchiere di aceto zuccherato alle cipolle e mescolate. Lasciate raffreddare in disparte
16	Mettete un dito abbondante di Olio Extravergine di Olive nel tegame largo per la frittura delle milanesine e scaldate a fuoco medio. Se volete verificare quando l'Olio sarà in temperatura per la frittura mettete un piccolo pezzo di pane nell'olio che scalda. Quando il pane comincerà a friggere potete cominciare ad aggiungere la carne. Raccomando la massima attenzione. La frittura è un'operazione pericolosa
17	L'olio non deve mai friggere eccessivamente. Dosate il regime del fuoco mantenendo la frittura al minimo possibile
18	Girate la carne un paio di volte e quando sarà dorata senza bruciare adagiatela su un piatto foderato di carta da cucina salando leggermente
19	Quando avrete terminato di friggere la carne posizionate, con tutte le dovute precauzioni, il tegame con l'olio in un punto dove non possa cadere o essere inavvertitamente toccato
20	Quando la carne avrà perso un poco di calore prendete il contenitore in vetro e stendete un sottile strato di cipolla e aceto sul fondo
21	Alternate strati di carne (non sovrapponetevi i pezzi del medesimo strato) e di intingolo di cipolle. Sopra ogni strato spargete una manciata di Pinoli
22	Terminato di sistemare la carne lasciate perdere completamente calore prima di chiudere con il coperchio. Non serve mettere in frigorifero
23	Al momento del servizio, aprite il contenitore e sistemate adeguatamente le fettine di carne nei piatti distribuendo l'intingolo di cipolle, aceto, uvetta e pinoli
24	Questo piatto è una festa di profumi italiani
25	Un Verduzzo ben freddo fa degna compagnia
26	Buon appetito e, come sempre, fatemi sapere