

fuocolento

cuoco a domicilio

Telefono +39.335.6048296

Email fuocolento@fuocolento.net

Web www.fuocolento.net

FUOCOLENTO – UNA RICETTA OGNI 15 GIORNI

15 marzo 2010

Straccetti di Vitello Piccanti

Tempo di preparazione circa 25 minuti

INGREDIENTI:

PER 4 PERSONE

Fesa di vitello magra a fette, 600 grammi

Polpa di Pomodoro, 400 grammi

Concentrato di Pomodoro, un cucchiaino da cucina

Acciughe salate, 6 intere (oppure 12 filetti sott'olio sgocciolati)

Capperi dissalati, una manciata

Prezzemolo fresco tritato finissimo, una manciata

Un Peperoncino rosso piccante

2 Cipolline fresche di media dimensione

Aglione 2 spicchi

Origano fresco, due pizzichi

Opzionali, Olive Rosatelle, un cucchiaino da cucina

Olio extravergine di olive

Vino bianco secco, un bicchiere

Pane, tanto pane

ATTREZZATURA NECESSARIA:

1 tegame a bordo basso di adeguate dimensioni

1 piccola pentola per la precottura della passata di pomodoro

Tagliere

Coltello da cucina

Cucchiaino da cucina

1	Potete far tagliare gli straccetti dal vostro macellaio oppure prendere fette fini di fesa di vitello magra e tagliarle a piccoli pezzi più o meno quadrati di 3-4 centimetri di lato
2	Cominciate a preparare il sugo di pomodoro che dovrà riposare qualche minuto prima di essere successivamente aggiunto alla carne. Nella piccola pentola mettete un cucchiaino da cucina di Olio extravergine di olive e scaldate a fuoco basso. Aggiungete i due spicchi d'aglio e lasciate soffriggere senza far colorire. Dopo un paio di minuti togliete gli spicchi d'aglio e buttateli. Aggiungete la polpa di pomodoro e lasciate cuocere per circa 10 minuti a fuoco moderato. NON aggiungete sale
3	Terminata la cottura del pomodoro togliete la pentola dal fuoco e lasciate da una parte a riposare
4	Dissalate i capperi in acqua corrente, sciacquando ripetutamente
5	Tagliate a fettine fini le due cipolline fresche e mettetele nel tegame con due cucchiaini da cucina di Olio extravergine di olive, senza accendere il fuoco. Deliscate e dissalate per bene le 6 acciughe sotto acqua corrente fredda (oppure sgocciolate bene i 12 filetti di acciughe sott'olio). Fate attenzione a togliere bene ogni residuo di sale. Aggiungete anche le acciughe così preparate nel tegame. Aggiungete il Peperoncino piccante dopo averlo spezzato in due
6	Tritate finemente qualche foglia di prezzemolo e tenetelo da una parte pronto all'uso
7	Solo ora accendete il fuoco veramente basso e lasciate scaldare lentamente, così da sciogliere molto lentamente le acciughe. Mescolate l'intingolo di continuo. Il composto NON deve friggere altrimenti le acciughe prenderebbero un sapore amaro e sgradevole
8	Quando il composto è ben amalgamato aggiungete gli straccetti e tenete sempre il fuoco molto basso. Mescolate affinché l'intingolo insaporisca bene gli straccetti. Aggiungete un paio di pizzichi di origano fresco ben lavato
9	Sciogliete un cucchiaino da cucina di concentrato di pomodoro in un bicchiere di vino bianco e aggiungete agli straccetti nel tegame
10	Mescolate e aggiungete il pomodoro precedentemente cotto. Aggiungete anche la manciata di capperi ben sciacquati e, se lo desiderate, la cucchiainata di Olive Rosatelle
11	Lasciate ora cuocere il tutto a fuoco molto basso per circa 7-8 minuti affinché l'intingolo si restringa un poco. Non alzate mai il fuoco altrimenti gli straccetti si indurirebbero
12	Prendete un pezzo di pane e concedetevi un assaggio intingendo nell'intingolo. Sono sicuro che troverete la vostra preparazione perfetta
13	Distribuite ora carne ed intingolo nei piatti di servizio, magari preriscaldati in forno per qualche minuto
14	All'ultimo distribuite sopra alle porzioni un pizzico di prezzemolo tritato senza mescolare
15	Tanto pane e un buon vino rosso a tavola, mi raccomando
16	Buon appetito e, come sempre, fatemi sapere