

FRIGO WEEKLY 37

INIZIATIVE

SAPORI D'EUROPA

LA CARNE
DI VITELLO

1 BUONA IDEA PER
1000 BUONE IDEE



Per maggiori informazioni
www.vivailvitello.it

Il contenuto di questa campagna promozionale rappresenta soltanto le opinioni dell'autore ed è di sua esclusiva responsabilità.

La Commissione europea e l'Agenzia esecutiva per i consumatori, la salute, l'agricoltura e la sicurezza alimentare (Chafea) non accettano alcuna responsabilità riguardo al possibile uso delle informazioni che include.

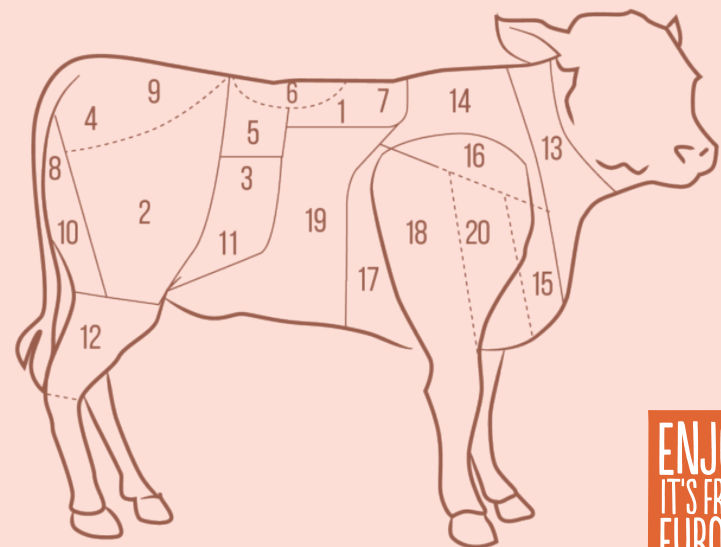
CURIOSITÀ La carne di vitello viene classificata come una carne rossa, pur mostrando un contenuto di ferro eme inferiore rispetto alle altre carni rosse derivanti da animali adulti.

A LEZIONE DI CARNE DI VITELLO

*Continua l'iniziativa
"A lezione di carne di vitello" che vede coinvolte 30 delle migliori scuole di cucina in tutta Italia. Le scuole hanno inserito ricette con carne di vitello, nelle proprie lezioni sia in presenza che on line, quando la sede, causa restrizioni, non può essere utilizzata.*

L'obiettivo dell'iniziativa è quello di spiegare le caratteristiche di questo ingrediente di qualità. La carne di vitello possiede una tenerezza ed una delicatezza unica che consentono una grande versatilità in cucina, lasciando spazio a creatività e inventiva senza limiti. Il suo sapore delicato si presta non solo a piatti tradizionali ma anche ad abbinamenti audaci. Perfetta infatti insieme a verdure, salse, ma anche frutta fresca, frutta secca e perfino insieme al pesce.

Le scuole di cucina si sono sbizzarrite e hanno creato tante ricette sia innovative che ispirate alla tradizione. Ve ne proponiamo quattro dalle scuole: Chef per Caso di Genova, Grano e Farina di Roma, Rapanello Viola di Monza e Brianza e Accademia Italiana Chef di Milano.



ENJOY
IT'S FROM
EUROPE



ASSOCARNI



Stichting
Branchenorganisatie
Kalfvesector



CAMPAGNA FINANZIATA
CON L'AUTO
DELL'UNIONE EUROPEA

Vitello alla Provenzale

Ricetta di: Grano e Farina

Ingredienti

Vitello: 1 kg spalla o coscia, a pezzi grossi
3 cucchiaini di farina
1 Cipolla gialla/oro, a fettine
2 spicchi di aglio, sminuzzati
1 cucchiaini di rosmarino tritato fine
Una melanzana a cubetti
2 zucchine a cubetti
1 peperone a cubetti
2 pomodori maturi a pezzetti
1 bicchiere di vino bianco
QB Sale, pepe, Olio di oliva

Preparazione

In una pentola larga mettere un po' di olio di oliva e rosolare a fuoco medio la carne leggermente salata e pepata, poi aggiungere cipolla, aglio, rosmarino e cuocere per qualche minuto sorvegliando che l'aglio non bruci, poi aggiungere la farina a pioggia e mescolare di continuo per qualche minuto. Aggiungere il vino bianco un po' di acqua o brodo di vitello. Lasciare cuocere a fuoco lento per 30 minuti.

A parte cuocere in olio di oliva i peperoni, le melanzane, le zucchine ed il pomodoro (si può fare anche nella stessa pentola del vitello, ma è più difficile controllare la cottura delle verdure nel caso che la carne abbia bisogno di più tempo del previsto per cuocere). Quando la carne è quasi cotta aggiungere le verdure precotte nella stessa pentola. Lasciare insaporire, poi aggiustare di sale e pepe e servire.



Vitello zucca e porcini

Ricetta di: Rapanello Viola

Ingredienti

4 fette di filetto di vitello (da 200 gr cad.)
250 gr zucca
1 patata
2 funghi porcini medi
1 cipolla
Brodo vegetale
QB olio
QB sale
QB pepe rosa
2 noci di burro

Preparazione

Tagliate e mondate le verdure: la cipolla a julienne mentre la zucca e la patata a pezzetti.

Fate soffriggere la cipolla con un filo d'olio, aggiungete la zucca e la patata. Coprite con il brodo e lasciate cuocere.

Nel frattempo pulite i funghi dalla terra, tagliateli e fateli cuocere con una noce di burro e olio.

Aggiustate di sale.

In ultimo fate tostare in un'altra padella, del pepe rosa con burro e olio.

Fate rosolare il filetto su tutti i lati e continuate la cottura.

Quando la zucca e la patata sono ben cotte potete preparare la crema: frullate con il frullatore ad immersione e aggiustate di sale. Impiattate il vostro filetto di vitello con i porcini e la crema di zucca lasciandovi trasportare dalla vena creativa.



Millefoglie di vitello

Ricetta di: Chef per Caso

Ingredienti

12 fette di sottofiletto di vitello tagliate sottili
360 g di funghi porcini
6 fette di pane in cassetta
1 spicchio d'aglio
QB: timo, olio evo, sale, pepe
6 fette di pancetta a fette lunghe

Preparazione

Fai dorare in una padella lo spicchio d'aglio in un po' di olio extravergine di oliva, unisci i funghi e falli insaporire bene; prima di toglierli dal fuoco regola di sale, pepe e profuma con le foglioline di timo; lascia raffreddare.

Sale e pepa la fettina di sottofiletto, tagliala in pezzetti di diametro uguale allo stampino utilizzato, taglia a tondi la fettina. Taglia anche le fette di pane con un coppapasta di uguale misura alla parte più alta dello stampino.

Ungi molto bene con dell'olio degli stampini monoporzione (tipo creme caramél) metti un po' di funghi sul fondo dello stampino, metti un tondo di carne. Continua così ad alternare funghi e sotto filetto, pressa bene ogni strato e termina con la fetta di pane leggermente unta di olio.

Sistema gli stampini su una teglia e cuoci in forno per 8 minuti se preferisci la carne al sangue; in caso contrario prolunga la cottura di un paio di minuti.

Guarnisci con una fettina di pancetta croccante, fatta passare al microonde.



L'altro vitello tonnato

Di Laura Porzio - Accademia Italiana Chef

Ingredienti

350 g di filetto di vitello
QB sale, pepe, olio evo, salvia e alloro.
110 g di zucchero
110 g di acqua
1 uovo intero e 2 tuorli
1 cucchiaino di aceto di vino bianco
2 coste di sedano
2 carote
20 g di tonno in scatola
15 capperi dissalati

Preparazione

Inserire il filetto di vitello ben pulito all'interno di un sacchetto da sottovuoto, aggiungere la salvia, l'alloro, il sale e il pepe. Creare il sottovuoto e immergere il sacchetto in acqua a 61° per 8 ore azionando il roner. Tagliare le carote e sedano dopo averli privati delle loro bucce esterne, tagliare dei cubetti di uguali dimensioni, scottarli in acqua bollente salata per 4 o 5 minuti, scolarli e immergerli immediatamente in acqua e ghiaccio. Preparare uno sciroppo con 110 g di zucchero e 110 g di acqua, scolare i cubetti, asciugarli e unirli allo sciroppo, riporre tutto in frigorifero. Iniziare a preparare una classica maionese, una volta pronta, unire il tonno sminuzzato e i capperi, frullare il tutto. Trascorse le otto ore il filetto è pronto per essere tagliato finemente. A questo punto si può comporre il piatto unendo la maionese e le verdure candite.

