

Gli editoriali.

La ricetta del vitello tonnato

Scopri gli ingredienti della ricetta del vitello tonnato e prepara uno dei piatti della tradizione perfetto come secondo in una cena estiva.

Il **vitello tonnato**, o **vitel tonn **,   tipico della **cucina piemontese**. Nel tempo, per , questa ricetta della **tradizione** si   diffusa in tutto il territorio, diventando un **piatto freddo perfetto per l'estate** e consumato di solito o come **antipasto** oppure come **secondo**. La **ricetta del vitello tonnato originale**   molto semplice e molto gustosa: si tratta di **tenere e sottili fettine di girello di vitello** ricoperte di una **salsa a base di tonno, uova, acciughe e capperi**. Vediamo quindi quali sono gli ingredienti del vitel tonn  e gli step per preparare questa pietanza che fa sempre la sua figura in ogni occasione.

Tempo preparazione: 120 minuti

Difficolt : facile

8 persone

Ingredienti:

- 1 kg di girello di vitello
- 300 gr di tonno sott'olio
- 6 filetti di acciughe sott'olio
- 3 uova sode
- Aceto bianco
- Brodo di carne
- Capperi in salamoia



- Olio extravergine di oliva
- Sale
- **Per la marinatura:**
 - 4 bacche di ginepro
 - 4 chiodi di garofano
 - 4 foglie di salvia
 - 4 foglie di alloro
 - Vino bianco
 - Un gambo di sedano

Procedimento

1 – Inizia preparando il **girello di vitello**: elimina la membrana esterna e non salarlo per non far fuoriuscire i succhi.

2 – Prepara quindi la **marinatura della carne**, passaggio fondamentale per ottenere un **vitel tonné perfetto**: disponi il girello in una pirofila con 4 foglie di alloro, 4 foglie di salvia, 4 bacche di ginepro, 4 chiodi di garofano e la costa di sedano a pezzettini. Aggiungi del vino bianco e lascia marinare per 12 ore, girando la carne ogni 3 ore circa.

3 – Terminato il tempo di marinatura, **filtra la salsa ottenuta dalla marinatura** e tienila da parte.

4 – Procedi quindi con la **cottura della carne**. Prendi una pentola abbastanza grande da contenere il girello, versaci del brodo di carne o dell'acqua non salata e portala a bollore.

5 – Disponi poi il girello all'interno della pentola, bagnandolo con la marinata e unendo poi le **acciughe sgocciolate**.

6 – Copri la pentola e lascia cuocere per circa **40 minuti**. Poi spegni il fuoco e lascia raffreddare la carne nel brodo.

7 – Poi fai sgocciolare la carne, filtra il brodo e recupera il **fondo di acciughe** rimasto nel colino.

8 – A questo punto, prepara la **salsa tonnata**: frulla il tonno con le uova sode e il fondo di acciughe, aggiungendo 2 cucchiaini di aceto bianco, un cucchiaino di olio extravergine di oliva e 3 cucchiaini di brodo di cottura. Ottieni così un composto cremoso ma non troppo fluido.

9 – Prendi un cucchiaino di **capperi**, tagliali a pezzettini e aggiungili alla salsa tonnata. Aggiusta di sale se necessario e poi lascia riposare la salsa.

10 – Come ultimo step, **taglia la carne a fettine sottili** con un coltello adeguato. Disponi poi le fettine in un **piatto da portata**: con un cucchiaio, cospargi delicatamente la **salsa tonnata** sopra le fettine di vitello e guarniscile poi con altri **capperi interi**. Servi in tavola e gusta il tuo vitello tonnato!

www.bennet.com