



# IL REAL VITELLO

QUALITÀ SUPERIORE E SAPORE DELICATO

## 4 ricette di stagione da scoprire



CONSIGLIATO DA



# Arrostato di vitello

## INGREDIENTI

- |  |                                 |
|--|---------------------------------|
| 1 kg arrostato di vitello              | 1 cucchiaino di pepe nero grani |
| 1 rotolo di pasta sfoglia rettangolare | 1 tuorlo                        |
| 150 gr di prosciutto crudo di Parma    | burro                           |
| 1 cipolla                              | farina                          |
| 2 carote                               | marsala o vino bianco           |
| 1 costa di sedano                      | timo                            |
| brodo di vitello o brodo vegetale      | alloro                          |
| sale                                   | senape                          |

Scaldare il brodo di vitello e tagliare grossolanamente le verdure. Infarinare la superficie del pezzo di carne. In una casseruola, preferibilmente di rame, far sciogliere il burro. Una volta caldo il burro, eliminare la farina in eccesso dalla carne e inserirla nella padella. Rosolare la carne su tutti i lati, aggiungendo dell'altro burro freddo per abbassare la temperatura all'interno della pentola. Mentre si rosola l'ultimo lato della carne, aggiungere le verdure. Poi sfumare con il Marsala o del vino bianco.

Aggiungere il timo e alloro legandoli tra loro con dello spago, per evitare che si disperdano nella casseruola. Regolare di sale e pepe e aggiungere il brodo. Cuocere per 35 minuti a fuoco basso con il coperchio, aggiungendo il brodo se dovesse asciugarsi troppo. Una volta cotto, lasciar raffreddare completamente l'arrosto. Nel frattempo, frullare il fondo di cottura ricavandone una salsa. Spennellare la superficie dell'arrosto con la senape e avvolgerlo con il prosciutto crudo, facendo aderire bene il prosciutto alla carne. All'ultimo momento tirare fuori dal frigo la pasta sfoglia e stenderla sul piano di lavoro. Sbattere un uovo in una ciotola. Posizionare l'arrosto al centro e chiuderlo all'interno della sfoglia, spennellando con l'uovo sbattuto le parti della pasta che andranno a sovrapporsi, per aiutare a far sì che non si stacchi in cottura. Poi spennellare tutta la superficie per avere una doratura uniforme. Infornare su una placca da forno a 180°C per 25-30 minuti. Una volta tolto dal forno, lasciarlo raffreddare. Tagliare l'arrosto in crosta in fette di un centimetro, posizionarle su un vassoio insieme al contorno e irrorarle con la salsa di cottura.

*Chef Stefano De Gregorio*

PREPARAZIONE	COTTURA	PORZIONI
30 min	1 h	4



# Arrostato di vitello

## INGREDIENTI

- |                        |                           |
|------------------------|---------------------------|
| 4 bracirole di vitello | sale                      |
| 1 kg zucchine          | olio evo                  |
| 40 g aceto di vino     | olio di semi per friggere |
| 2 spicchi aglio        | peperoncino               |
| menta                  |                           |

Tagliare a rondelle le zucchine. Tamponarle dall'acqua in eccesso, friggerle poco alla volta in olio di semi. Preparare il condimento: in una boule aggiungere aceto, sale e aglio. Con olio a filo emulsionare con forchetta. Condire con questa salsa le zucchine ancora calde e aggiungere menta a piacimento. Prendere le bracirole di vitello, condire con sale, olio e peperoncino. In una bisticchiera ben calda cuocere le bracirole circa 3-4 minuti per lato e un paio di minuti sull'osso. Servire con zucchine.

*Chef Stefano De Gregorio*

PREPARAZIONE	COTTURA	PORZIONI
15 min	10 min	4



# Bistecca con zucchine alla scapece



# Bruschetta con nodino

## INGREDIENTI

- |                               |                           |
|-------------------------------|---------------------------|
| 4 fette pane ai cereali       | olio extravergine d'oliva |
| 2 nodini di vitello           | sale                      |
| rosmarino                     | pepe                      |
| 1 spicchio di aglio           | aceto                     |
| timo                          | salsa barbecue            |
| 1/2 cespo di insalata iceberg | sesamo                    |

Salare e pepare i nodini, poi ungerli con l'olio e metterli su una placca da forno con il rosmarino e uno spicchio d'aglio. Cuocere in forno a 220°C per 15-20 minuti. Scaloppare i nodini, eliminare l'osso e tenere la carne da parte. Tostare le fette di pane su una bisticchiera con un po' di olio. Tagliare finemente l'insalata e condirla con olio, sale e aceto. Preparare la bruschetta mettendo sulla base l'insalata, sopra i nodini scaloppati e terminare con salsa barbecue e sesamo tostato.

*Chef Stefano De Gregorio*

PREPARAZIONE	COTTURA	PORZIONI
5 min	20 min	4

# Perché scegliere il vitello?

UNA CARNE CONTROLLATA, DI ALTA QUALITÀ, E NUTRIZIONALMENTE VALIDA.

Ricca di proteine, vitamine e minerali che aiutano il buon funzionamento del nostro metabolismo.

Un ottimo alleato per il sistema nervoso grazie alla presenza di vitamine del gruppo B.

La presenza di minerali come il ferro favorisce la salute dei capelli, delle unghie e del tono della pelle.

Una carne molto magra, dall'alto contenuto proteico e dal basso contenuto di colesterolo rispetto alle altre carni.

Grazie alla sua tenerezza, magrezza e alta digeribilità, è adatto ad ogni fascia di età e stile di vita:



### GRAVIDANZA E BAMBINI

Favorisce la salute della mamma e lo sviluppo del feto, intervenendo sulla formazione del cervello grazie ad una sostanza presente anche nel latte materno.

Accompagna la crescita del bambino e il suo sviluppo cerebrale.



### ADULTI E SPORTIVI

favorisce la costruzione e il mantenimento dei muscoli ed è perfetta per una dieta ipocalorica.



### ANZIANI

favorisce l'aumento delle difese immunitarie e salvaguarda la perdita di massa muscolare, mantenendo la tonicità del muscolo.



SCOPRITE TUTTE LE RICETTE

