

ROAST BEEF AL VAPORE



Preparazione: 15 min - Riposo: -- Cottura: 20 min - Materiale: -

Ingredienti: 6 persone

- 1 carota (100 g) 1 gambo di sedano 1 cipolla 1 rametto di rosmarino 3 chiodi di garofano 750 g di roast beef di manzo 2 cucchiai di olio extra vergine d?oliva sale e pepe
- 1. Pelare le verdure e tagliarle a grossi pezzi. Mettere 500 ml di acqua e la verdura con gli aromi nel contenitore di metallo.
- 2. Aggiungere il cestello vapore e foderare con la carta da forno precedentemente bagnata e strizzata.

 Cospargere la carne su tutti i lati con sale e pepe macinato, chiudere il coperchio e lanciare il programma

 VAPORE.
- 3. Verificare la cottura possibilmente con una termosonda, la temperatura interna deve essere tra i 57°C e 60°C. Prolungate la cottura se preferite una carne più cotta.
 - 4. Togliere la carne e lasciare raffreddare. Tagliarla a fettine sottili.
- 5. Togliere il brodo vegetale dal cestello in acciaio, eliminare il rametto di rosmarino, aggiungere una parte di sugo di cottura della carne rimasto all'interno del cestello a vapore, trattenuto dalla carta da forno, alle verdure nel contenitore di metallo, 2 cucchiai di olio extra vergine d'oliva e con il programma SMOOTHIE frullare il tutto. Usare come salsa di accompagnamento, mentre il brodo vegetale può essere utilizzato a parte (ad esempio per il risotto). Buono anche freddo.

© Fotografie Sandra Mahut © Hachette Livre (Marabout) 2016