

MASSIMILIANO CAPRETTA per Spirito Contadino



Insalata di filetto di vitellone

Capetta Novicose



Insalata di filetto di vitellone

INGREDIENTI PER 4 PERSONE:

4 medaglioni da 100 gr di vitellone • 150 gr di mughnuli selvatici di campo e 150 gr di perle contadine **Spirito Contadino** • 100 gr di ciliegie • 1 zuccina • foglioline di lattuga

PROCEDIMENTO:

Scottare a fiamma molto alta i medaglioni di filetto su tutti i lati e raffreddare per 5 min in acqua e ghiaccio. Tagliare sottilmente e condire con olio, sale e pepe. Cuocere mughnuli e perle contadine in padella con un filo d'olio per 10 min circa, facendo attenzione che rimangano croccanti poi raffreddarli velocemente per preservarne il colore acceso. Denocciolare le ciliegie e cuocerle in padella con 50 gr di aceto di mele, 20 gr di zucchero e un pizzico di sale. Tagliare a mandolina la zuccina ottenendo uno spaghetti e condirlo con della salsa pinzimonio, infine impiattare l'insalata.

MASSIMILIANO CAPRETTA