

FILETTO ALLA LIGURE

Ingredienti

- olio extravergine d'oliva (2 cucchiaini)
- aglio
- sale
- burro (30gr)
- 12 olive verdi
- melanzane (450gr)
- basilico
- vino bianco secco (125ml)
- pepe nero
- pomodori San Marzano (320gr)
- filetto di vitello (800gr)
- capperi sottosale (1 cucchiaino)

Come si prepara

Dopo aver fatto scottare i pomodori in acqua bollente, scolarli e privarli della pelle, dei semi interni e dell'acqua di vegetazione.

Sbucciate lo spicchio d'aglio e strofinatelo energicamente sul pezzo di filetto.

Tagliate a cubetti i pomodori ben scolati e metteteli da parte, vi serviranno dopo per la salsa.

Adagiate in una teglia con due cucchiai d'olio il filetto e, cospargetelo di burro fuso a parte, quindi ponete nel forno preriscaldato a 190 gradi per circa 45 minuti, girando la carne regolarmente e bagnandola con il suo fondo di cottura.

Nel frattempo friggete le due melanzane lunghe, precedentemente lavate e tagliate a fette sottili, scolatele su carta da cucina e salate.

A cottura ultimata, scolate la carne, eliminate il grasso di cottura e aggiungetevi il vino bianco, quindi ponetelo su fuoco vivace e fatelo evaporare della metà.

Unitevi le olive verdi snocciolate tagliate a metà nel senso della lunghezza, i pomodori a cubetti, il mazzetto di basilico tritato, i capperi lavati asciugati e tritati, ed infine un mestolino di acqua e proseguire la cottura per altri 5 minuti, salate e pepate.

Tagliate il filetto a fette e disponetele su un piatto di portata, alternandole con le melanzane fritte e condite il tutto con la salsa alle olive e capperi.

Difficoltà: 3

Tempo: 80

Tags

carne, carne al forno, filetto, arrostiti, Filetto alle olive

