

Filetto Di Manzo Lessato Con Verdure

Creare il bouquet garni con 1/2 mazzetto di prezzemolo e 1 rametto di timo avvolti in 1 foglia d'alloro. Togliete al filetto tutto il grasso e il connettivo e legatelo con dello spago da cucina, in modo da poterlo 'sospendere' nel recipiente di cottura. Mettete in una casseruola il brodo di manzo, il bouquet garni, i grani di pepe e una manciata di sale grosso e portate ad ebollizione. Immergete nel brodo il pezzo di carne, tenendolo per lo spago, fino a quando sar? completamente coperto dal liquido senza per? toccare il fondo del recipiente. Fissate lo spago legando l'estremit? libera ad un cucchiaino di legno disposto a ponte sul bordo della casseruola. Regolate la fiamma in modo che il brodo sobbolli appena e lasciate cuocere il filetto per 10-15 minuti, dopodich? levatelo dalla casseruola, tagliatelo a met? e servitelo con le verdure, mondate e lessate nel brodo. Scegliete gli ortaggi in base al vostro gusto e a ci? che offre la stagione e, se vi piace, conditele con una salsa alle erbe oppure con del rafano grattugiato al momento.

Ingredienti

250 G Filetto Di Manzo
100 Cl Brodo Di Manzo
Sale Grosso
6 Grani Pepe
1/2 Mazzetto Prezzemolo Per Bouquet Garni
1 Rametto Timo Per Bouquet Garni
1 Foglia Alloro Per Bouquet Garni
Verdure Miste (carote, Cipolle, Porri)

Note

Preparazione: 25 minuti.