



IL RITORNO DEL FILETTO

ANCORA QUESTO TAGLIO DI CARNE? DIRÀ QUALCUNO. BEH, PRIMA DI CRITICARE, GLI CONSIGLIO DI PROVARELO NELLE DUE RICETTINE CHE HO SCELTO PER VOI QUESTO MESE!

di FABRIZIO NONIS (fabrizio.nonis@alice.tv) - foto di RENATO VETTORATO; foto e styling di CHIARA BELLASIO (ricette)

Qualche mese fa lo abbiamo visto protagonista di un piatto inventato per la dieta di una contessa (ricordate il carpaccio alla Cipriani?): si era in giugno e quella ricetta, fresca e leggera era proprio l'ideale. Ora che la stagione è cambiata, ho deciso di riproporvelo in due preparazioni altrettanto gustose, ma decisamente più adatte a ottobre (e novembre e dicembre e gennaio e...). Parlo naturalmente del filetto (di manzo) uno dei tagli di carne più apprezzati e versatili. Idealmente lo si può suddividere in tre parti: **testa**, **cuore** e

coda. **Dalla prima** si ricavano le "bistecche" di filetto, da cuocere soprattutto in padella. **Dal cuore** le grandi **chateaubriand**, adatte alla griglia e i **tournedos** che si prestano sia per la griglia sia per cotture in crosta e in padella, eventualmente con salse complesse. **Dalla coda**, infine, i piccoli **filet mignon**, che prediligono cotture in padella, anch'essi con salse. Per la prima ricetta (filetto in crosta di patate) vi consiglio i tournedos. E per la seconda? Beh, se lo trovate, provate il pezzo intero centrale.

Filetto in crosta di patate

Ingredienti (per 4 persone)

**4 fette di filetto di manzo
di circa 150 g ciascuno**
50 g di pancetta a fettine
4 foglie di salvia
1 rametto di rosmarino
1 bicchiere di marsala
80 g di farina
burro
sale e pepe

per i rösti

600 g di patate
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Salate e pepate i filetti, avvolgeteli nelle fette di pancetta e passateli nella farina, premendoli leggermente per farla aderire.

2. Fate fondere il burro in una padella con la salvia e il rosmarino. Unite i filetti e rosolateli in modo uniforme, girandoli da entrambi i lati, finché saranno ben dorati (attenzione: la carne all'interno deve rimanere al sangue). Bagnate con il marsala, fate sfumare e levate dal fuoco.

3. Sbucciate le patate e grattugiatele. Scaldate un cucchiaino di olio extravergine di oliva in una padella e quando sarà ben caldo, aggiungete 4-5 cucchiai di patate, schiacciatele con una paletta, e create uno spessore di circa 1 cm. Friggete i rösti per 3-4 minuti per lato. Procedete allo stesso modo per preparare gli altri 3 rösti.

4. Avvolgete ogni filetto in un rösti, facendo combaciare i lembi della frittatina verso il centro della carne. Disponete i fagottini ottenuti su una teglia precedentemente unta, appoggiandoli dalla parte dei lembi, infornate a 180 °C e fate cuocere per circa 10 minuti. Trascorso il tempo, levate e servite.



TRA PARENTESI

Il rösti (sorta di frittatina) è un tipico piatto svizzero a base di patate, che vengono leggermente lessate prima della frittura, se usate come contorno, o fritte da crude, se usate come piatto unico. Alla ricetta base (patate e olio o burro) si possono aggiungere altri ingredienti come cipolla, pancetta, formaggio o perfino mele.



130

Filetto ai funghi

Ingredienti (per 4 persone)

1 kg di filetto
200 g di funghi porcini
1 cipolla
70 g di pancetta tagliata a dadini
olio extravergine di oliva
3-4 foglie di salvia
1 rametto di rosmarino
sale e pepe
2-3 cucchiaini di succo di limone
1 bicchiere di vino bianco secco
0,6 dl di panna liquida

Preparazione

1. Tritate la cipolla e fatela appassire a fuoco medio in una pirofila con 3-4 cucchiaini di olio, la salvia, il rosmarino e la pancetta a dadini. Unite la carne e fatela rosolare in modo uniforme, girandola di tanto in tanto.

2. Pulite i funghi, per eliminare ogni residuo di terra, affettateli sottilmente e aggiungeteli alla carne in cottura, spazzandoli con il succo di limone, quindi salate e pepate.

3. Trasferite la pirofila in forno, precedentemente riscaldato, a 220 °C e fate cuocere per

circa 20 minuti, bagnando ogni tanto la carne con il suo sugo di cottura e con un po' di vino bianco. Trascorso il tempo, sfornate, levate il filetto e tenetelo da parte in caldo.

4. Eliminate dal sugo di cottura le erbe aromatiche, rimettete sul fuoco, unite la panna e fate insaporire per un paio di minuti, mescolando con un cucchiaino di legno. Servite il filetto ben caldo, a fette spesse, nappandolo con la salsina preparata.