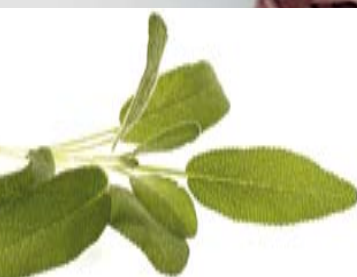


SI SALVIA CHI PUÒ

DUE RICETTE, UN CLASSICO ROMANO E UN CLASSICO ALLEGGERITO, DOVE PREDOMINANO IL MORBIDO TAGLIO DELLA FESA DI VITELLO E L'ODOROSA SALVIA

di ANNA BUFFA - foto e styling di CHIARA BELLASIO (ricette)

Quando si parla della *fettina*, si pensa sempre alla tipica preparazione leggera da accompagnare con l'altrettanto leggera insalatina, per comporre il ben noto pasto dietetico. Ebbene, il nostro tentativo, qui, adesso, è quello di sfatare questa concezione con l'aiuto di Fabrizio Nonis, che per l'occasione ha proposto le fettine di fesa di vitello arrotolate, **ripiene di salvia**, per gli amanti del gusto deciso o di salvia e prosciutto crudo, a comporre quel classico della cucina laziale che sono i **saltimbocca alla romana**, per l'appunto. In attesa di ulteriori spunti per questo sicuramente comune, ma altrettanto versatile, taglio di carne, vi invitiamo a provare queste due ricette, magari accompagnate da quella famosa insalatina di cui sopra. Vi diamo per certa la differenza di risultato!

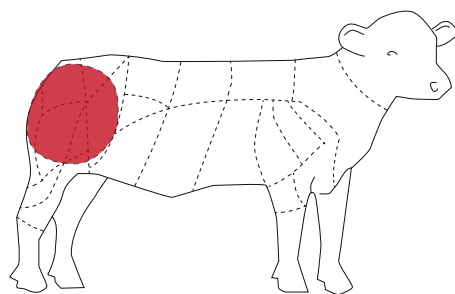


Caratteristiche

La fesa del vitello è un taglio che deriva interamente dalla parte interna della coscia e ha un caratteristico color rosa pallido. Praticamente priva di grasso, è molto comune e apprezzata per la tenerezza e la pregiatezza delle sue carni che ben di prestano a svariate preparazioni. L'accezione di fesa si riferisce principalmente al vitello, anche se adesso è utilizzata per carni con analoghe destinazioni.

Utilizzo in cucina

la fesa può essere utilizzata sia intera, per la preparazione di morbidissimi arrostiti, sia a fette, ideale per involtini e soprattutto per la classica *fettina*.



Saltimbocca alla romana

Ingredienti (per 4 persone) Preparazione

4 fettine di fesa di vitello
4 fettine di prosciutto crudo
8 foglie di salvia
burro
vino bianco
sale e pepe

1. Battete le fettine di vitello in modo da appiattirle, quindi disponete su ciascuna una fettina di prosciutto crudo e una o due foglie di salvia. Arrotolate su se stesse le fettine, quindi fermatele con uno stecchino o con dello spago da cucina.

2. Fate rosolare i saltimbocca nel burro a fuoco vivace, fino a quando si sarà formata una bella crosticina. Salate, pepate, bagnate con 1/2 bicchiere di vino bianco e abbassate la fiamma in modo che il vino si asciughi. Portate a termine la cottura e servite i saltimbocca ben caldi.



Involtini alla salvia



Piatto Villeroy & Boch da Verga Selezione; cucchiaio Bugatti da Utile e Futile

176

Ingredienti (per 4 persone)

8 fettine di fesa di vitello
20 foglie grandi di salvia
2 cipolle
olio extravergine di oliva
vino bianco
sale e pepe

Preparazione

1. Adagiate su ogni fettina di vitello un paio di foglie di salvia, salate, pepate e arrotolate le fettine fermandole con uno stecchino di legno.

2. Intanto scaldate un filo di olio extravergine di oliva in una padella e rosolatevi le cipolle affettate finemente, a fuoco dolce, con un coperchio. Quando saranno ben appassite,

unitevi le fettine di carne e alzate la fiamma facendole rosolare bene. Bagnate con 1/2 bicchiere di vino, fate sfumare, rigirate gli involtini e aggiungete le altre foglie di salvia.

3. Portate a cottura, aggiungendo qualche cucchiaio di acqua se il sugo tendesse a restringersi troppo, e servite gli involtini ben caldi.