



CARNE

# Aspic di manzo



4 PORZIONI



DIFFICOLTÀ



COSTO



TEMPO DI PREPARAZIONE

15 MIN



TEMPO DI COTTURA

60 MIN



CALORIE

380K

NOTE

3 ORE DI RIPOSO

## INGREDIENTI

800 g di Polpa di manzo

1 Carota

1 Cipolla

1 gambo di Sedano

800 ml di Acqua

2 cucchiaini di Marsala secco

2 foglie di Alloro

Aneto fresco

Prezzemolo fresco

16 g di Gelatina

4 cucchiaini di Olio extravergine di oliva

Sale

Pepe nero in grani

## Preparazione

• Mondate e lavate carota, cipolla e sedano; quindi poneteli in una pentola insieme all'acqua fredda, unite l'alloro, dei rametti di aneto e il prezzemolo, qualche grano di pepe e portate a leggera ebollizione. Salate, immergetevi la carne e lessatela per

un'ora circa.

- Spegnete, fate intiepidire, scolate la carne e tagliatela grossolanamente sfilacciandola; quindi mettetela in una ciotola, conditela con l'olio, un pizzico di sale e tenetela da parte.
- Filtrate il brodo, calcolandone circa 150 ml a persona: se non fosse sufficiente aggiungete dell'acqua. Rimettetelo sul fuoco, aggiungete il Marsala, regolate di sale e fatelo scaldare di nuovo a fuoco basso, ma senza arrivare a bollire.
- Nel frattempo lasciate in ammollo la gelatina in acqua fredda per 10 minuti circa. Quando si sarà ammorbidita, strizzatela e fatela sciogliere nel brodo caldo, che farete appena intiepidire senza farlo rapprendere.
- Versate una parte della gelatina negli stampini individuali, in modo da formare uno strato di qualche mm, e poneteli in frigo a rassodare.
- Riprendete dal frigo gli stampini e distribuitevi la carne preparata. Versatevi il brodo, che dovrà arrivare a pochissimi mm dall'orlo degli stampini.
- Lasciate rassodare in frigorifero per almeno 3 ore; prima di servire, tuffate gli stampini in acqua bollente per qualche istante, in modo che gli aspic si stacchino perfettamente dagli stampini. Asciugateli con cura e rovesciateli sui piatti individuali, quindi serviteli.

Carla Marchetti