OLIO CUORE

Vitello tonnato



Ingredienti

- 600 g magatello di vitello
- ½ cipolla
- 1 carota
- 1 costa sedano
- 1 spicchio aglio
- alloro
- ½ bicchiere vino bianco secco

Salsa tonnata:

- 180 g **Maionese Cuore senza uova con proteine vegetali**
- 200 g tonno sott’olio sgocciolato
- 10 g capperi
- 5 g filetti di acciughe
- **Sale Iposodico Iodato Cuore**
- pepe

Decorazione:

- scorzette limone
- qb capperi

- **Portata: Secondi**
- **Tempo: 40''**
- **Persone: 6**
- **Calorie: 334.16 Kcal**
- **Grassi: 23.5 g**

Preparazione

- Con uno spago da cucina legare la carne in modo che, cuocendo, rimanga in forma.



- In una casseruola versare il vino, gli odori tagliati a pezzi, l’aglio e l’alloro.



- Aggiungere l’acqua e portare a bollore.

- Immergere il pezzo di carne assicurandosi che sia tutto coperto con acqua, salare, pepare e cuocere la carne su fuoco moderato per circa 30 minuti. Togliere dal fuoco la carne e lasciarla raffreddare nel suo liquido di cottura.



- Togliere dal fuoco la carne e lasciarla raffreddare nel suo liquido di cottura.

- Salsa: frullare i capperi con il tonno, le acciughe e 2-3 cucchiai del brodo di cottura della carne. Unire il composto alla **Maionese Vegetale Cuore** e mescolare.



- Sgocciolare la carne, eliminare lo spago e tagliarla a fettine, poi sistemarla su un piatto.

- Distribuire la salsa sulle fettine di carne e guarnire con scorzette di limone e i capperi. Conservare in frigo fino al momento di servire.



La ricetta è stata preparata con:



Maionese Vegetale



Sale Iposodico