

Lonza arrosto con prugne e albicocche

Ingredienti

- 1,200 Kg. di lonza
- 12 prugne secche denocciolate
- 12 albicocche disidratate
- 3-4 cucchiaini di olio d'oliva extravergine
- vino bianco q b
- 1 spicchio di aglio
- 1 carota
- sedano
- 1/2 cipolla
- 1 ramoscello di rosmarino
- 2 foglie di alloro
- brodo vegetale
- sale -pepe

Procedimento

Mettete le prugne e le albicocche in ammollo nel vino bianco per mezz'ora in due separate tazze.

Nel frattempo fate rosolare in un po' di olio la lonza, in una casseruola che possa andare in forno e a fuoco vivo, su ogni lato, in modo da sigillare bene la carne, quindi versate 1/2 bicchiere di vino e lasciate evaporare.

Aggiungete ora la cipolla, uno spicchio di aglio, la carota e il sedano tagliati grossolanamente, quindi unite sia le prugne che le albicocche scolate dal vino. Salate e pepate la carne, aggiungete un po' di brodo o di vino, va benissimo anche il vino in cui avete messo le prugne e le albicocche in ammollo, passate al forno ventilato a 190 gradi per 40 - 45 minuti, dopo aver coperto la teglia con un foglio di carta stagnola, non a completa cottura del pezzo di carne.

Lasciate cuocere la carne rigirandola ogni tanto e aggiungendo un po' di brodo o vino nel caso si asciugasse troppo.

Per veri care se la carne è cotta pungete l'arrosto con i rebbi di una forchetta: se uscirà del liquido incolore sarà cotta a puntino, se invece il liquido sarà rosa la carne dovrà cuocere ancora.

A cottura ultimata trasferite la carne su un piatto e tenetela al caldo. Eliminate lo spicchio d'aglio, l'alloro e il rosmarino, quindi frullate il fondo di cottura, lasciando da parte alcune albicocche e alcune prugne, rimettete la salsa nella teglia, fatela rapprendere per due minuti, se risultasse troppo liquida aggiungere un cucchiaino di farina per addensarla. Lasciate passare alcuni minuti prima di tagliare la carne a fettine che andrete a posizionare sul piatto da portata tenuto al caldo. Irrorate le fette di carne con la salsa di prugne e albicocche, bollente e servite subito.