



**MySocialRecipe**

Questa ricetta è mia!



Ricetta N. RE001071

Registrata in data 11 Apr 2017 alle ore 11:14

da MICHELE GRIMALDI

## Filetto di manzo alla Wellington, giardinetto di verdure e roche di pollo

Filetto di manzo alla Wellington, giardinetto di verdure e roche di pollo

Tempo di preparazione: 45 minuti

### Ingredienti per 2 persone

filetto di manzo 240 g  
lardo 20 g  
pasta sfoglia 100 g  
sale q.b.  
pepe q.b.  
rosmarino q.b.  
olio evo 8 g.

Per il flan di spinaci

spinaci 60 g  
panna 30 g  
uova n. 2

Per la roche di pollo

pollo 100 g  
panna 45 g  
uovo n.1  
pane grattugiato q.b.  
sale q.b.  
pepe q.b.  
olio di arachidi.

Per il pavè di zucca

zucca 100 g  
acqua 100 g  
agar 1,5 g.

Per il giardinetto di verdure

patate 200 g  
cavolo romano 80 g  
funghi pioppini 80 g  
asparagi 100 g

### Preparazione

Pulire il filetto di manzo dal tessuto connettivo, condire con sale, pepe e rosmarino (far raffreddare il filetto di manzo).  
Stendere un foglio di pellicola su un piano ed adagiare sopra il lardo di colonnata IGP creando un rettangolo e arrotolare il filetto.

Prendere la pasta sfoglia, adagiare sopra il filetto ed arrotolare senza forare la pasta.

Per ulteriori informazioni visita il nostro sito web [www.mysocialrecipe.com](http://www.mysocialrecipe.com)  
oppure scrivere un messaggio all'indirizzo [info@mysocialrecipe.com](mailto:info@mysocialrecipe.com)

Cuocere in forno a 180° per 40 min.

Per il flan di spinaci

Sbollentare gli spinaci nell'acqua a 70°, così facendo gli spinaci non perdono la clorofilla.

Inserire gli spinaci in un bric con le uova e la panna, frullare con il mini pimer, inserire il liquido negli stampini, cuocere a bagnomaria a 180° per 15 min.

Per la roche di pollo

Frullare il petto di pollo insieme alla panna, ma senza surriscaldare troppo la massa (per motivi igienici la carne va conservata a 2-4°C e se si surriscalda si guasta) e condire con olio aromatizzato allo scalogno, pepe, sale.

Formare un finto gelato di pollo, friggere il prodotto nell'olio di arachidi a 160°.

Per il pavè di zucca

Tagliare la zucca finemente ed inserire in un brik, aggiungere gli altri ingredienti, cuocere a microonde e portare il prodotto a ebollizione.

Frullare il tutto ed inserire il composto negli stampi in silicone, mettere in abbattitore a positivo.

Per il giardinetto di verdure

Tornire tutte le verdure e sbollentarle in acqua a 70°.

Saltare le verdure in padella con olio evo e burro.