fundacja pomocy psychologicznej

Przepis był dla Ciebie pomocny?

Podziękuj i przekaż darowiznę na naszą fundację!
Pomóż nam wspierać osoby w kryzysie psychicznym.

FundacjaPsychologiczna.pl

Saltimbocca alla romana bez cukru - przepis

Przygotuj dużą patelnię, zanim ułożysz szynkę na cielęcinie. Płaskie porcje smaży się inaczej niż roladki: potrzebują miejsca i krótkiej obróbki. Szałwia zostaje na mięsie, a sos powstaje na tej samej patelni.

Czas przygotowania: 10 minut

Porcje: 4 porcje

Składniki

- 700 g cienkich plastrów cielęciny
- 100 g cienkich plastrów prosciutto crudo bez dodatku cukru
- szałwia: 1 duży lub 2 małe liście na każdy plaster mięsa
- mąka pszenna typu 00 do oprószenia
- 20 g masła
- 2 łyżki oliwy
- ½ szklanki białego wytrawnego wina
- sól do smaku

Przygotowanie krok po kroku

1. Duże plastry cielęciny przetnij na pół. Rozłóż i lekko posól.
2. Nałóż szynkę oraz 1 duży lub 2 małe liście szałwii na każdą porcję.
3. Zepnij wykałaczkami. Oprósz mąką z obu stron.
4. Strząśnij nadmiar mąki. Dobrze rozgrzej masło z oliwą na dużej patelni nieprzywierającej.
5. Smaż bez nakładania porcji na siebie: mięsną stroną 1-2 minuty na średnim ogniu, stroną z szynką kilka sekund.
6. Lekko posól. Odwróć szynką do góry, zwiększ ogień, wlej wino.
7. Po kilku sekundach odparowywania zmniejsz ogień do średniego. Gotuj około 5 minut, polewając mięso sosem łyżką.
8. Gdy sos zgęstnieje, zdejmij z ognia i podawaj od razu.

Uwagi

Uwaga: Nie przedłużaj smażenia. Przy małej patelni obsmażaj partiami, trzymaj ciepłe, następnie połącz na patelni przed dolaniem wina.

Uwaga: Resztki przechowuj w lodówce do 2 dni; odgrzewaj krótko w mikrofalówce.

Źródło przepisu: https://blog.giallozafferano.it/ilchiccodimais/saltimbocca-alla-romana-ricetta-tradizionale/