

## Voglia di beef?

### Lingua Natura-Beef con vinaigrette alle verdure



Magari qualcuno sta già commentando «beeeh, non ho nessuna intenzione di mangiare qualcosa che è già stato in un'altra bocca». Ma chissà che con questa ricetta non riusciremo a convincere anche i più recalcitranti? La lingua Natura-Beef, infatti, è una prelibatezza.



#### Ingredienti per 4 persone

- 1 lingua Natura-Beef
- 2 chiodi di garofano
- 1 foglia di alloro
- ½ cipolla
- 2 l di brodo

#### Per la vinaigrette

- 30 g di carota
- 30 g di porro
- 30 g di sedano rapa
- 30 g di cipolla
- 1 mazzetto di erba cipollina
- 1 dl di olio di girasole
- ½ dl di aceto
- sale e pepe

(Foto: ninamattli.ch)

#### Preparazione

Steccare la cipolla con la foglia di alloro e i chiodi di garofano e immergerla nel brodo assieme alla lingua. Portare il brodo a ebollizione e continuare la cottura per 2 ½ - 3 ore, fino a quando la lingua diventa morbida. Sarà cotta quando la pelle si stacca facilmente.

Per la vinaigrette, preparare una dadolata con le carote, il porro, il sedano e le cipolle. Mettere in serbo qualche stelo di erba cipollina che servirà per guarnire. Sminuzzare finemente il resto.

Aggiungere l'olio e l'aceto, condire con sale e pepe e mescolare bene.

Affettare la lingua a fette sottili o a cubetti, disporla sui piatti e condirla con la vinaigrette.

Va servita tiepida o fredda, con un po' di pane tostato.

*La ricetta è tratta da Kathrin Sprecher, Kathrins Natura-Beef Fleischküche. Il libro è in vendita sul sito di Vacca Madre Svizzera (rubrica [Shop](#))*