

## LA RECETA

# “Rustin negàa”

CULTURA

24\_04\_2021



El *Rustin negàa* (asado “ahogado”) es un plato típico de la antigua cocina milanesa, que se come tradicionalmente en la fiesta de san Ambrosio. Es habitual verlo servidos con polenta, pero yo lo propongo tal y como se preparaba en la época del Santo, en el siglo IV, cuando la polenta no existía (llegó a Europa después del descubrimiento de América). Antiguamente se servía con alubias, con espelta o con mijo como guarnición. Se realiza

con un corte de ternera que no se suele encontrar en las carnicerías españolas, el *T-bone steak*, en Italia conocido como “nodini di vitello”. Es un corte particular de dicha carne que incluye un hueso en forma de letra T. Se realiza de forma transversal a las costillas e incluye dos partes de carne distintas, una a cada lado del hueso: a un lado un entrecot de lomo y al otro una parte de solomillo.

### ***Ingredientes para 4 personas***

*4 T-bone Steak*

50 gr. de mantequilla

50 gr. de panceta dulce

Hojas de salvia

Vino blanco seco

Caldo de carne

Harina blanca

Sal y pimienta

Utilizar un cuchillo para cortar la carne a lo largo de los bordes para que no se “enrosquen” durante la cocción. Pasarla por harina, cubriéndola por completo.

Derretir la mantequilla en una sartén (lo suficientemente grande como para que quepan los “nodini” sin superponerlos) y freír ligeramente la salvia y el tocino cortado en rodajas finas.

Subir el fuego, disponer los “nodini” y dorarlos brevemente por ambos lados.

Rehogarlos con el vino blanco, dejar que se evapore y añadir el caldo hasta cubrir por completo la carne y continuar la cocción en el horno a 140/150° durante una hora aproximadamente o hasta que esté muy tierna, dándole la vuelta a mitad de la cocción. Cuando esté lista, la salsa debe estar bastante reducida.

Al final de la cocción, sazonar con pimienta y sal (probar antes de salar: el tocino ya está salado).

Disponer los "nodini" en un plato, verter la salsa por encima y servir inmediatamente.