

ROAST BEEF

Un rodó de vedella d' 1 Kg. (aprox.)

1 o 2 pastanagues

1 ceba gran

Pebre negre en gra

3 o 4 alls

Pebre negre en pols

Farigola, sal, oli

2 fulles de llorer

Vi negre

S'adoba la carn amb sal i pebre com per a fregir. Es col·loca en una cassola i s'afegeix la pastanaga tallada a rodanxes, la ceba tallada a trossos no molt petits, els alls sencers i pelats, la farigola en branques, les fulles de llorer i alguns grans de pebre negre (pot afegir-se alguna herba més).

S'afegeix el vi de forma que quedi un fons d'un dit a la cassola. Es col·loca a la nevera donant-li la volta a la carn cada 12 hores.

48 hores després de haver-lo col·locat, es retira de la nevera i s'aparta la carn sense netejar-la (només retirar els trossos de ceba pastanaga, etc. que puguin quedar-se enganxats).

En una cassola amb oli ben calent, fregir durant 8 minuts per cada una de les 3 cares, començant per la que té la capa de greix.

Un cop retirada la carn ja fregida, afegir a l'oli sobrant el suc que ha contingut la carn durant les 48 hores, degudament colat i deixar-lo bullir una mica.