

Mitjana de vedella de Girona a la sal grossa amb xips de carxofa del Prat



Autor: Josep Mas

Carnisseria Montserrat

Parada 1-3 del Mercat Municipal

Ingredients (per a 4 persones):

- 4 mitjanes de 400-500 grams amb l'os i el seu greix
- 8 cors de carxofa tallats a lla-minetes primes
- 50 grams de sal grossa

Elaboració

Sobre una bona brasa de llenya posar les graelles a uns 5 cm i coure la carn al punt (ni massa feta ni massa crua) mirant que quedi cuita per fora i per dins d'un color rosat i sucosa, no pas roig ni sagnant. Després espargir la sal sobre la carn al final de la cocció i també sobre la carxofa sense passar-se.

Bon profit!