

CARNI GRIGLIATE



La regola

Per tutte le bistecche e le fettine in genere, è importantissimo far scaldare la padella prima di farvi cuocere la carne. Bisogna sempre far scottare la fettina da ambo i lati per mantenere inalterata la succosità, il sapore e la tenerezza della carne. La salatura deve sempre avvenire a cottura quasi ultimata.

Come cucinarlo

Fiorentina: pennellare la carne con olio extra-vergine d'oliva precedentemente marinato con aglio e rosmarino.

Scaldare la padella, scottare per 30 secondi i due lati della bistecca.

A cottura viva cuocere da 2 a 4 minuti per lato a seconda dello spessore.

Salare a fine cottura.

Costata: pennellare la carne con olio extra-vergine d'oliva precedentemente marinato con aglio e rosmarino.

Scaldare la padella, scottare per 30 secondi i due lati della bistecca.

A cottura viva cuocere 2-3 minuti per lato a seconda dello spessore.

Salare a fine cottura.

SottoFiletto: pennellare la carne con olio extra-vergine d'oliva precedentemente marinato con aglio e rosmarino.

Scaldare la padella, scottare per 30 secondi i due lati della bistecca.

A cottura viva cuocere da 1 a 2 minuti per lato a seconda dello spessore.

Salare a fine cottura.

Tagliata: pennellare la carne con olio extra-vergine d'oliva precedentemente marinato con aglio e rosmarino.

Scaldare la padella, scottare per 30 secondi i due lati della bistecca.

A cottura viva cuocere da 2 a 4 minuti per lato a seconda dello spessore.

Salare a fine cottura.

Scamone: pennellare la carne con olio extra-vergine d'oliva precedentemente marinato con aglio e rosmarino.

Scaldare la padella, scottare per 30 secondi i due lati della bistecca.

A cottura viva cuocere da 1 a 2 minuti per lato a seconda dello spessore.

Salare a fine cottura.

