Scaloppine di vitello ai funghi chiodini con padellata di patate e cavoletti di Bruxelles

L'esempio perfetto di piatto unico.

Piatto unico? Sì, grazie! Eccolo qui servito.

Se il **piatto unico** è un buon modello alimentare per fornire a ogni pasto principale i nutrienti di cui il tuo corpo ha bisogno, allora meglio cominciare ad adottarlo fin da subito. Se è la prima volta che ne senti parlare, **puoi iniziare da qui**, da questa semplice ricetta.

Difficoltà: media
Costo: basso
Preparazione: 15 min. + 40 min. di cottura

Ingredienti
(per 4 persone)

600 g di girello di vitello tagliato a fettine sottili
400 g di funghi chiodini
400 g di cavoletti di Bruxelles
300 g di patate per forno/vapore Passo dopo Passo Despar
1 cucchiaino di timo Despar
2 spicchi d'aglio
1 mazzetto di prezzemolo tritato
mezzo bicchiere di vino bianco secco Despar
farina q.b.
olio extra vergine di oliva Bio,Logico Despar
sale e pepe

Procedimento

1. Infarina le fettine di vitello e cuocile in padella con olio da entrambi i lati, aggiusta di sale e pepe. Mettile da parte al caldo.
2. Sempre in padella scalda un po' d'olio e soffriggi lo spicchio d'aglio schiacciato, unisci i funghi lavati e mondati, salta per un paio di minuti. Versa il vino bianco e continua la cottura per una decina minuti. Regola di sale e pepe e aggiungi il prezzemolo tritato.
3. Rimetti le scaloppine nella padella e cuoci per qualche minuto per amalgamare bene tutti i sapori.
4. Lava e monda i cavolini di Bruxelles. Pela le patate e tagliale a spicchi. In una pentola, porta a ebollizione abbondante acqua leggermente salata e lessavi i cavolini di Bruxelles per 10 minuti; trascorso questo tempo, unisci anche le patate e prosegui la cottura per altri 5 minuti.
5. In una padella riscalda un filo d'olio con l'aglio schiacciato, quindi unisci i cavolini di Bruxelles e le patate scolati. Regola di sale e pepe, aggiungi il timo e completa la cottura fino a doratura, saltando continuamente. Al termine, spolverizza con il prezzemolo tritato e mescola.
6. Servi le scaloppine accompagnate dalla padellata di patate e cavoletti.