

Battuta di manzo con dressing di ribes rosso

Il punto forte di questa ricetta? Il metodo di "cottura" della carne. Scopri perché.



Se hai adottato un perfetto stile alimentare, lascia un posticino anche per la **carne rossa**. Dopotutto, ti fornisce proteine nobili che sono molto importanti per la salute dei tuoi muscoli. Il segreto per gustarla al meglio è sceglierla di gran qualità e, soprattutto, cuocerla poco, pochissimo se non, addirittura, **consumarla cruda**! Infatti, è proprio questo il metodo di cottura, o meglio, di non-cottura scelto per il piatto di carne proposto qui di seguito.

Difficoltà: bassa

Costo: medio

Preparazione: 15 min.

Ingredienti

(per 4 persone)

400 g di sottofiletto di bovino adulto

150 g di ribes rossi

1 cucchiaino di senape Despar

1 cucchiaino di aceto di vino bianco Despar

1 rametto di rosmarino

2 foglie di salvia

mezzo cucchiaino di origano secco Despar

il succo di mezzo limone Passo dopo Passo Despar

4 cucchiaini di olio extra vergine di oliva 100% Italiano Despar Premium

un pizzico di sale e pepe

Procedimento

1. Lava bene i ribes sotto acqua corrente e staccali dal ramoscello.
2. Mettili nel bicchiere del frullatore a immersione con 2 cucchiaini di olio e la senape. Aggiungi il succo di limone, l'aceto bianco, poco sale e pepe, quindi frulla bene il tutto.
3. Trita al coltello la carne, condiscila con il restante olio, qualche goccia di succo di limone, le erbe aromatiche tritate e una spolverata di pepe.
4. Servi la battuta con il dressing di accompagnamento.