

RICETTA 8

Bistecche di Wagyu in marinatura fredda

Ingredienti per 4 persone

Lombo Wagyu 400g
Capperi 1 cucchiaio
Rametti di prezzemolo 3-4
Aceto 30ml
Zucchero 1 cucchiaino
Sale e Pepe q.b.

Per le cipolline:

Cipolline borretane 200g
Aceto di vino bianco 1 cucchiaio
Acqua 30ml
Zucchero 1 cucchiaino
Olio extravergine d'oliva q.b.
Sale q.b.



ANTIPASTI

Preparazione



- 1 Per prima cosa preparate le cipolline: sbucciatele e poi fatele rosolare in padella con un filo d'olio.
- 2 Intanto mescolate l'acqua con lo zucchero, poi versate in padella l'aceto e questa mistura.
- 3 Abbassate la fiamma e fate cuocere fino a completa cottura delle cipolline. A metà cottura regolate di sale.
- 4 A parte tritate insieme il prezzemolo e i capperi.
- 5 Tagliate Wagyu a circa 3-4 mm di spessore..
- 6 Scaldate una padella e ungete il fondo con un pezzetto di grasso della carne poi, su fiamma vivace, fate cuocere le fettine di lombo da entrambi i lati fino a che la carne cambierà colore.
- 7 Basterà un minuto per fettina. Regolate di sale.
- 8 Preparate una teglia e disponete un primo strato di fettine. Cospargete con un cucchiaio abbondante di trito di prezzemolo e capperi, con qualche cipollina borretana tagliata a metà, poi coprite con l'altra carne e cospargete di nuovo con tutti gli ingredienti.
- 9 Versate sulle fettine anche il fondo di cottura rimasto in padella.
- 10 Intanto a parte scaldate mezzo bicchiere di aceto a cui avrete aggiunto 2 cucchiari d'acqua e fatevi sciogliere lo zucchero. Quando pronto versate il liquido sulla carne.
- 11 Coprite e lasciate riposare a temperatura per almeno mezza giornata prima di servire. Durante il riposo la carne rilascerà i suoi succhi e andrà ad arricchire il gusto della marinatura.

L'ideale è preparare il piatto al mattino per essere consumato a sera.



Ideatrice della ricetta

TERESA BALZANO

Calabrese trapiantata a Milano per gli studi ci rimane per amore e per lavoro. Il blog unisce le passioni che hanno cambiato la sua vita in meglio: web e cucina che pian piano hanno definito la sua professione. Il nome del blog "Peperoni e patate" è una ricetta tipica della sua terra, è espressione della semplicità della tradizione, ma soprattutto il suo comfort food, la ricetta sicura: quella che la fa sentire a casa. La sua cucina? Semplicemente Cucina Mediterranea 2.0.