

SECONDI PIATTI

Fettine di arista ai semi di finocchio

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#)

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [molto bassa](#) PREPARAZIONE: [15 min](#) COTTURA: [6 min](#) COSTO:

[basso](#) REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)



INGREDIENTI

ARISTA 600 gr

SALVIA 1 ciuffo

ROSMARINO 2 rametti

SPICCHIO DI AGLIO 2

SEMI DI FINOCCHIO abbondante - 1
cucchiaino da tavola

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4
cucchiaini da tavola

SALE

PEPE NERO

Fettine di arista ai semi di finocchio, un secondo che rievoca odori e profumi toscani.

L'autrice di questa ricetta, ovvero la cookina caipiroska75 ci dice che si tratta di "un secondo semplice, veloce e profumatissimo" e dice che è stata ispirata dal suo zio preferito ovvero lo zio Gino.

Bene noi ci siamo fidati sia di caipiroska75 che dello zio Gino e non siamo rimasti per niente delusi!

PREPARAZIONE

- 1 Scaldate un giro d'olio extravergine d'oliva in una casseruola, fatevi soffriggere la salvia, il rosmarino e l'aglio in camicia.





2 Non appena l'olio prende calore, aggiungete anche i semi di finocchio e fate insaporire per qualche istante.



3 Nel frattempo preparate le fettine di arista incidendo i bordi affinché non si arriccino in cottura.



- 4 Aggiungete la carne alla casseruola con il soffritto e lasciate cuocere per 2-3 minuti per lato; salate e pepate.





5 Per cuocere il secondo lato della carne, continuate ad irrorarla con il grasso di cottura aiutandovi con un cucchiaio.





6 Servite la carne ben calda irrorata con il sughetto di cottura e le erbe aromatiche. Salate a piacere ancora a fine cottura.



