

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.



