

SECONDI PIATTI

Bistecca al pepe

LUOGO: *Africa / Mauritius*

DOSI PER: *4 persone* DIFFICOLTÀ: *bassa* PREPARAZIONE: *20 min* COTTURA: *25 min* COSTO: *medio*

REPERIBILITÀ ALIMENTI: *facile*



La bistecca al pepe è uno di quei piatti talmente buoni che si vuol sempre mangiare. Di certo non è un secondo light ma è anche vero che non deve essere mica mangiato tutti i giorni! Questa ricetta è proprio interessante e deve i suoi natali alla Francia, infatti si dice che sia nata proprio in questo Stato, ma è talmente buona e saporita che poi si è diffusa in tutta l'Europa. Seguendo il nostro passo passo vi verrà in maniera ottima e di certo sarà un piacere portarla a tavola. Se amate questo genere di piatti ve ne proponiamo anche un'altro che sicuramente apprezzerete: [steack diane!](#)

INGREDIENTI

FILETTO DI MANZO oppure bistecche con l'osso o lombo di manzo - 600 gr
PEPE VERDE 2 cucchiaini da tavola
BURRO 1 cucchiaino da tavola
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 2 cucchiaini da tavola
BRANDY oppure Calvados - 3 cucchiaini da tavola
PANNA 150 ml
MOSTARDA DI DIGIONE 1 cucchiaino da tavola
SALE
FARINA 1 cucchiaino da tè

PREPARAZIONE

- 1 Per fare la bistecca al pepe, per prima cosa pestate i grani di pepe in un mortaio.



- 2 Togliete l'eccesso di grasso dalle bistecche.

Strofinare la carne con il pepe pestato ricoprendola uniformemente.



- 3 Scaldate l'olio extravergine d'oliva in una casseruola ampia, aggiungete il burro e lasciatelo fondere.

Aggiungete, quindi la carne e lasciatela rosolare per 6/7 minuti voltandola una volta sola.



4 A questo punto prelevate la carne e tenetela in caldo.

Aggiungete al fondo di cottura il brandy o il vino calvados e lasciate bollire fino a che il tutto si riduca della metà.



5 A questo punto unite al fondo di cottura la panna e la mostarda.



6 Bollite per circa 4 minuti o fino a quando la crema si sia ridotta ad 1/3.

Stemperate la farina di grano nell'acqua e versate questo composto nella salsa per addensarla ancora un po'; regolate di sale.



- 7 Servite la carne nappata con la salsa appena realizzata ed accompagnandola con patatine fritte.