

SECONDI PIATTI

# Bistecche di maiale con le rape

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

DOSI PER: [4 persone](#)    DIFFICOLTÀ: [bassa](#)    COSTO: [medio](#)    REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)



## INGREDIENTI

BISTECCA DI MAIALE 4

CIME DI RAPA 4 mazzi

SPICCHIO DI AGLIO 2

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4

cucchiai da tavola

SALE

PEPE NERO

## PREPARAZIONE

- 1 Pulite le foglie delle rape. Dopo averle ben lavate, lessatele in acqua bollente e salata per circa 20 minuti.



- 2 Scolatele, strizzatele aiutandovi con un canovaccio, quindi tritatele con la mezzaluna o con il coltello.



- 3 Se usate il robot state ben attenti a non tritare troppo.

In una casseruola che possa contenere comodamente tutte e quattro le bistecchine e successivamente anche le rape, versate l'olio e fatevi scaldare lo spicchio d'aglio in camicia, senza farlo bruciare.

Aggiungete le bistecchine e fatele rosolare da ambedue i lati.



4 Quando le bistecchine saranno ben rosolate, unitevi le rape precedentemente preparate e un pugno di finocchietto selvatico; regolate di sale.





- 5 Lasciate insaporire il tutto per circa cinque minuti, quindi servite immediatamente con, a piacere, una spolverata di pepe.