

SECONDI PIATTI

Filetto con riduzione di mirtilli su crosta di parmigiano e fagiolini

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: media PREPARAZIONE: 40 min COTTURA: 50 min COSTO: medio

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



2 carote

2 coste di sedano.

PREPARAZIONE

- 1 Per prima cosa in una pentola fate bollire pochi minuti i fagiolini in acqua salata, scolateli e metteteli in una ciotola con acqua ghiacciata.

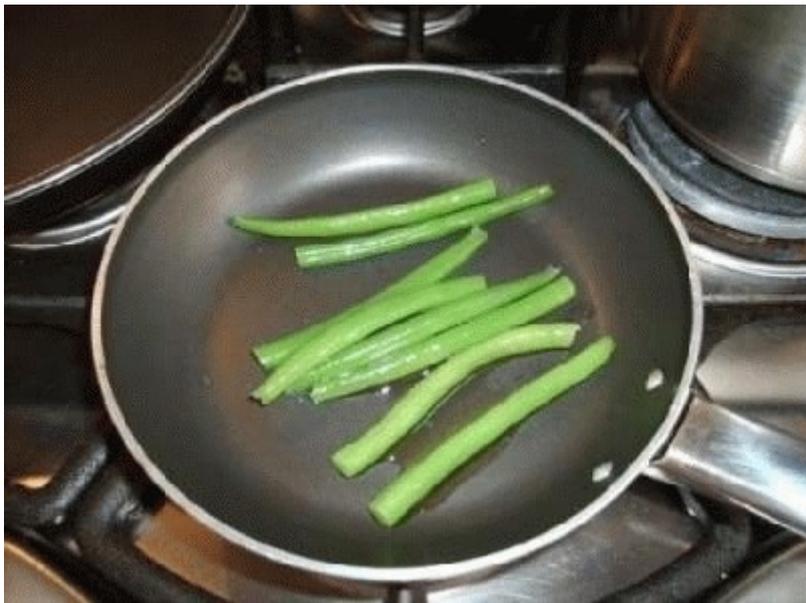


- 2 Preparete il brodo facendo bollire in abbondante acqua le verdure per circa 30 minuti.



3 Pulite la crosta di parmigiano e fatelo cuocere in acqua per 5 minuti.

In una padella con un filo di olio rosolare per pochi istanti i fagiolini con sale e pepe.



4 Cuocete la crosta per pochi minuti in un padellino antiaderente.

Per la riduzione: tagliare a metà gli scalogni e metteteli in una casseruola con il vino ed il miele. Fate ridurre della metà

Pulite la carne dalle parti di grasso e cuocetela in una padella con il burro e gli spicchi d'aglio vestiti. Salate e pepate.



5 Togliete la carne e nella stessa padella con i suoi succhi aggiungete i mirtilli e la riduzione.



6 Servite mettendo sopra una fetta di filetto, fagiolini, crosta di parmigiano e concludete con una seconda fetta di filetto.

Concludete con la riduzione.

