

SECONDI PIATTI

# Fettine di arista ai semi di finocchio

di: *caipiroska75*

LUOGO: *Europa / Italia*

DOSI PER: *4 persone* DIFFICOLTÀ: *molto bassa* PREPARAZIONE: *15 min* COTTURA: *6 min* COSTO:

*basso* REPERIBILITÀ ALIMENTI: *facile*



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!

## INGREDIENTI

ARISTA 600 gr

SALVIA 1 ciuffo

ROSMARINO 2 rametti

SPICCHIO DI AGLIO 2

SEMI DI FINOCCHIO abbondante - 1

cucchiaio da tavola

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4

cucchiari da tavola

SALE

PEPE NERO

# 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.



