

SECONDI PIATTI

Filetto di maiale in crosta di sesamo

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

REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile



Il filetto di maiale in crosta di semi di sesamo è un secondo piatto appetitoso e raffinato.

Oggi lo proponiamo servito con **salsa di mele** che conferisce un tocco di sapore agrodolce al filetto di maiale. La nostra ricetta è **una portata che si prepara velocemente** e che non prevede particolari difficoltà di esecuzione, **perfetta quindi anche per i principianti**.

La carne del filetto di maiale ha una **consistenza morbida e poco grassa**, con un gusto delicato. Se tagliata a fette, si presta ad essere cotta sulla piastra ben calda in pochi minuti.

In questa ricetta abbiamo aggiunto semi di sesamo,

che donano una gradevole croccantezza. Per completare il piatto, ti consigliamo qualche goccia di aceto balsamico e un contorno di tenere carote di stagione.

Ecco altre ricette che potrebbero piacerti:

[Filetto di maiale in padella](#)

[Lonza di maiale arrosto](#)

[Braciole di maiale in padella](#)

[Stinco di maiale al forno](#)

[Fettine di lonza al latte](#)

COSA SERVE PER CUCINARE IL FILETTO DI MAIALE IN Crosta di SESAMO

FILETTO DI MAIALE 800 gr

SEMI DI SESAMO 3 cucchiaini da tavola

MELE RENETTE 2

GLASSA DI ACETO BALSAMICO

CAROTE facoltative -

COME SI PREPARA UN TENERO FILETTO DI MAIALE CON Crosta di

1 Pulisci il filetto di maiale da eventuali filamenti e parti grasse.





2 Taglia delle fette di circa 1 cm e mezzo, o anche 2 cm.



- 3 Riempi una tazza con semi di sesamo e rotolaci le fette di filetto di maiale in modo da creare una crosta di semini tutto intorno



- 4 Metti una piastra sul fuoco e falla scaldare. Disponi le fette di filetto di maiale sulla piastra rovente e falle rosolare qualche minuto per parte.



- 5 Nel frattempo sbuccia le mele e tagliale a fettine. Disponile in un pentolino con poca acqua e cuocile per circa dieci minuti, mescolando fino a ridurle in purea.



- 6 Disponi su di un piatto un po' di salsa di mele, appoggiaci sopra le fette di filetto e irrorale con aceto balsamico. Unisci carote tenere tagliate a fiammifero.



CONSERVAZIONE:

Il filetto di maiale in crosta di semi di sesamo va consumato appena cotto. Volendo la salsa di mele può essere preparata in anticipo.