

SECONDI PIATTI

Filetto al pepe

LUOGO: **Europa / Italia**

DOSI PER: **4 persone** DIFFICOLTÀ: **bassa** PREPARAZIONE: **5 min** COTTURA: **10 min** COSTO: **basso**

REPERIBILITÀ ALIMENTI: **media**



INGREDIENTI

4 fette di filetto tagliate spessa
4-5 cucchiai di olio extravergine di oliva
1 dado di brodo vegetale
pepe nero a granelli Sarawak
pepe rosa
poca scorza di limone
sale.

PREPARAZIONE



2 In una padella mettete l'olio, il pepe nero, il pepe rosa e la scorza grattugiata di poco limone.



3 Trasferite sul fuoco e fate scaldare quindi unite la carne.



4 Fate rosolare su entrambe le parti.



5 Aggiungete il dado ed il sale e fate cuocere per 7-8 minuti girando la carne a metà cottura.



