

La **carne lombarda** con carta d'identità



OLTRE 420 SOCI, 500 ALLEVAMENTI, PIÙ DI MILLE CAPI E CIRCA 50 PUNTI VENDITA DISTRIBUITI SU TUTTO IL TERRITORIO. Sono i numeri del «Consorzio lombardo produttori carne bovina», associazione nata con l'intento di fornire al consumatore un prodotto di altissima qualità, garantito e certificato su tutta la filiera. Si tratta di capi allevati sul territorio tra Mantova, Brescia, Bergamo e Milano e alimentati secondo un rigido disciplinare, per poi essere venduti in selezionate macellerie associate. In Lombardia ve ne sono 27 e l'elenco è disponibile su www.clpcab.it. Negli ultimi anni siamo stati sommersi dalle opinioni più diverse sulla carne. Le più recenti sono orientate a valutazioni positive sul suo consumo, raccomandandone l'assunzione sino a quattro, cinque volte la settimana. Il filetto è il taglio più nobile della carne bovina. Spesso però rischia di essere «maltrattato» con cotture e trattamenti sbagliati. Nella ricetta vi suggeriamo dei trucchi per servire al meglio il vostro filetto. I principali? La temperatura ambiente del prodotto e il processo di caramellizzazione degli zuccheri della carne.

LA RICETTA

Filetto con crumble di caffè, salsa ai lamponi e panna acida

Ingredienti per 4 persone

1 kg filetto di manzo; olio evo.

Per il crumble: 30 g burro freddo; 30 g farina 00; 30 g farina di mandorle; 15 g zucchero di canna; 1 cucchiaino di caffè solubile; ½ cucchiaino sale.

Per la salsa: 100 g lamponi; 2 cucchiaini zucchero di canna; 6 cucchiaini d'acqua; 50 g aceto balsamico di lamponi; 5 g maizena; noce di burro; panna acida.

Preparazione

Preparate il crumble mettendo nel mixer i relativi ingredienti e frullando sino a ottenere un composto «sbricioloso». Riponetelo in frigo e preriscaldate il forno a 165 °C. Sbriciolate il crumble su una teglia lasciando cuocere 10 minuti.

Passate nel frattempo alla salsa sciogliendo il burro e aggiungendo lamponi, zucchero, acqua e aceto. Portate a ebollizione e cuocete 5 minuti. Setacciate e ottenete una salsa liscia. Aggiungete la maizena e trasferite nuovamente nel tegame, stringendo a fuoco alto e rimestando con una frusta.

Ricavate dei filetti alti 3 cm ciascuno. Ungete la carne con un filo d'olio.

Arroventate una griglia sul fuoco cospargendola con del sale fine in modo che la carne non attacchi durante la cottura. Cuocetela ad alta temperatura 1 minuto per lato, rigirandola sui 6 lati: in questo modo sigillerete le carni, operazione fondamentale per la caramellizzazione degli zuccheri e non perdere liquidi durante il taglio. Se preferite una cottura media e non al sangue spostate la griglia con la carne in forno a 180 °C per altri 2 minuti. Una volta terminata la cottura adagiate i filetti su un tagliere di legno e coprite con carta di alluminio per 3 minuti. Otterrete così il definitivo trattenimento dei succhi della carne, che sarà finalmente pronta per essere servita. Impiattate disponendo il crumble, la salsa di lamponi, dei ciuffi di panna acida e infine il filetto.



Per approfondimenti scrivete a stefania@mangiairedadio.it o visitate www.mangiairedadio.it