

Alessandro Borghese Kitchen Sound, tataki di scottona con agrumi. VIDEO

borghese-14-580622a0

TATAKI DI SCOTTONA CON INSALATA DI AGRUMI

(Costo € € - Tempo 20 min - Difficoltà #)

Ingredienti:

4 tranci di entrecote di scottona

1 arancia

1 limone

1 mandarino

1 finocchio

Miele q.b.

Semi misti q.b.

Olio E.V.O q.b.

Timo q.b.

Basilico q.b.

Speck q.b.

Sale e pepe q.b.

Preparazione:

Aiutandoti con un coltello, elimina il grasso dalla carne e ricavane il cuore.

Metti la carne in una ciotola e aggiungi il miele. Glassala bene su tutti i lati aggiustandoli di sale e pepe.

Versa i semi e falli aderire alla carne creando una panatura.

Per l'insalata di agrumi, taglia il finocchio finemente e pela a vivo gli agrumi ricavando degli spicchi.

Condisci tutto con olio, sale, pepe, foglioline di basilico e olio extravergine di oliva.

Scotta su tutti i lati la carne all'interno di una padella rovente, con un filo d'olio.

Taglia a fettine la carne e adagiala al centro del piatto. Accompagna con l'insalata di agrumi e un rotolino di speck. Concludi con un filo di olio extravergine e fiorellini di timo.

La [nuova stagione di Alessandro Borghese Kitchen Sound](#) è in onda tutti i giorni su Sky Uno