

DIAFRAMMA DI MANZO E CHUTNEY DI CAROTE VIOLA

**** Dosi per 2 persone ****

PER LA CARNE

Utilizziamo per questa ricetta un taglio meno conosciuto del manzo: il diaframma

- 1) Marinare la carne con olio EVO, sale, pepe, senape e timo fresco e lasciamo in frigorifero per una notte.
- 2) Per questo taglio è consigliata una cottura breve, quindi possiamo utilizzare una griglia oppure un barbecue quindi scottate la carne 2 minuti per lato.
- 3) Emulsionate i succhi della marinatura con un filo d'olio EVO

PER IL CHUTNEY

- 1) Prendete le bucce di 3 carote grandi tagliate grossolane, tagliatele a dadini e lessatele in acqua salata per 10 min.
- 2) In una casseruola fate soffriggere nel burro lo scalogno tagliato fine con un cucchiaino di senape in grani a fuoco medio. Aggiungete le bucce di carota, due cucchiaini di zenzero tritato finemente, il succo di una arancia, la paprika, e fate sobbollire girando di tanto in tanto per 15 minuti o finchè il liquido non si riduce. Regolate di sale.
- 3) Versate il chutney in un vasetto sterilizzato e conservatelo in frigorifero per una settimana.

IMPIATTAMENTO

Disponete la bistecca di diaframma su un tagliere e lasciar riposare un minuto prima di tagliarlo a fette.

Guarnire con l'emulsione al timo e accompagnare con il chutney di carote.

feel
C O M O

