



Tagliata di manzo e fonduta al Gorgonzola Dop

con spinacino al limone, polenta e nocciole

Bistecca Royale

Poche calorie

Preparation time : 30 min.



Polenta



Aglio



Limone



Gorgonzola Dop



Nocciole



Tagliata di
manzo



Timo



Spinacino baby



Sale



Pepe



Olio d'oliva



What did you think of this recipe?
Scan the QR code to share your feedback.

Find the full recipe and preparation details online.
<https://hfresh.cottey.fr/it-IT/recipes/tagliata-di-manzo-e-fonduta-al-gorgonzola-dop-504>

Detach me! _____

Before you start

Plan ahead by checking the use-by dates of your ingredients. Rinse fresh produce and prepare the quantities listed below.

Utensils

Pentolino, Padella, Ciotolina, Padella antiaderente

Ingredients for 1-6 people

Ingredient	2p	4p	6p
Polenta (pacchetto)	1	2	3
Aglio (pezzo(i))	1	2	3
Limone (pezzo(i))	½	1	1½
Gorgonzola Dop (pacchetto)	1	1	3
Nocciole (g)	10	20	30
Tagliata di manzo (pacchetto)	1	2	3
Timo (g)	2½	5	7½
Spinacino baby (g)	100	200	300
Sale (q.b.)	to taste	to taste	to taste
Pepe (q.b.)	to taste	to taste	to taste
Olio d'oliva (q.b.)	to taste	to taste	to taste

Add yourself

Salt, pepper, oil and water according to taste.

Nutritional values

Per serving	Amount
Energia (kJ)	2471 kJ
Energia	591 Kcal
Grassi	23.8 g
di cui Acidi Grassi Saturi	13.2 g
Carboidrati	44.1 g
di cui Zuccheri	1.2 g
Fibre	2.5 g
Proteine	41 g
Sodio	1120.2 mg

Allergens

Può contenere tracce di allergeni, Cereali contenenti glutine, Semi di sesamo, Latte, Arachidi, Frutta a guscio

Always check the product labels for allergen information.



Dorata e croccante

IMPORTANTE: le quantità per preparare la ricetta in base al numero di porzioni sono riportate nella tabella ingredienti!

Tagliate la **polenta** a bastoncini di circa 2 cm. Conditeli con un filo d'**olio** e un pizzico di **sale**.

Scaldate una padella antiaderente a fuoco medio, unite un filo d'**olio** e cuoceteli 5-6 minuti per lato, finché saranno ben dorati, poi disponeteli nei piatti.



Una leggera stufata

Tagliate il **limone** a spicchi.

Scaldate una padella a fuoco medio con un filo d'**olio**. Rosolate l'**aglio** (potete tenere la buccia) per 1-2 minuti, quindi unite lo **spinacino**.

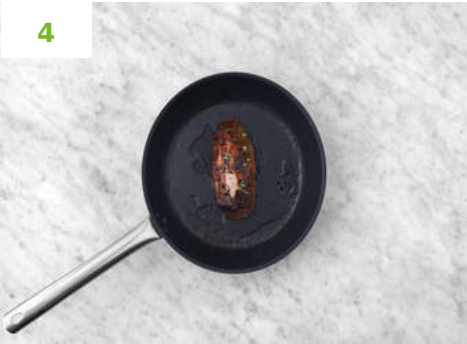
Condite con un pizzico di **sale** e **pepe**, sfumate con il succo di 1-2 spicchi di **limone**, coprite con un coperchio e cuocete per 5-6 minuti circa, mescolando ogni tanto, finché lo **spinacino** sarà appassito poi disponete nei piatti.



Guarda come fonde

Intanto, eliminate la crosta del **gorgonzola** e tagliatelo a tocchetti. Raccoglietelo in un pentolino e fate fondere a fuoco dolce per circa 5 minuti. Unite un flo d'**olio**, mescolate e tenete da parte.

Nel frattempo, tritate grossolanamente le **nocciole** (opoure frantumatele direttamente nel loro sacchendo battendoci sopra con un cucchiaino di legno).



Che profumino

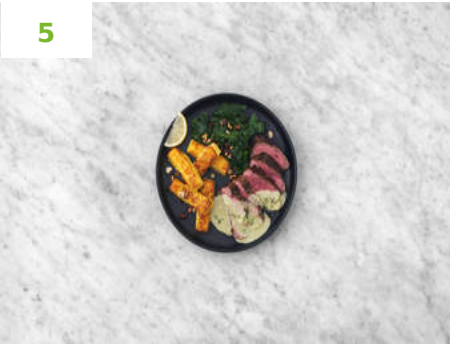
IL CONSIGLIO DELLO CHEF: *voltate la carne con una paletta o con una pinza per non bucarla, così i succhi resteranno all'interno e sarà più tenera e saporita.*

Riportate la padella usata per lo **spinacino** su fuoco medio-alto e scaldatela molto bene.

Irrorate la **bistecca** con un filo d'**olio** e conditela con **sale** e **pepe** da entrambi i lati

Una volta che la padella è calda, unite un filo d'**olio**, il **timo** (tenete da parte qualche rametto per guarnire) e cuocete la bistecca per 2-3 minuti per lato, girandola una volta sola (per una cottura media).

Lasciatela riposare 1-2 minuti, quindi tagliatela a fettine di 1 cm.



Nei piatti con eleganza

Disponete la **carne** nei piatti con lo **spinacino**.

Irrorate la **carne** con un po' di salsa al **gorgonzola**, spolverizzate con le **nocciole** e guarnite con qualche fogliolina di **timo**.

Accompagnate con i bastoncini di **polenta** e uno spicchio di **limone** e servite la salsa rimasta in una ciotolina a parte.

Enjoy your meal!