



Bistecca di scamone e patate novelle fondenti

con zucchine al forno, timo e salsa aioli

Meno di 50g Carbs

Preparation time : 45 min.



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/bistecca-di-scamone-e-patate-novelle-fondenti-9>

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

Padella antiaderente

Ingredients for 1-6 people

Ingredient	2p	4p	6p
Fettina di scamone (pacchetto)	2	4	6
Patate (pezzo(i))	8	16	24
Aglio (pezzo(i))	1	2	3
Timo (g)	2½	5	7½
Zucchini (pezzo(i))	2	4	6
Aioli (pacchetto)	1	2	3
Limone (pezzo(i))	½	1	1½
Olio d'oliva (q.b.)	to taste	to taste	to taste
Sale (q.b.)	to taste	to taste	to taste
Pepe (q.b.)	to taste	to taste	to taste
Burro (q.b.)	to taste	to taste	to taste

Add yourself

Salt, pepper, oil and water according to taste.

Nutritional values

Per serving	Amount
Energia	655 Kcal
Energia (kJ)	2742 kJ
Grassi	26.3 g
di cui Acidi Grassi Saturi	4.4 g
Carboidrati	42.9 g
di cui Zuccheri	8.7 g
Fibre	9.2 g
Proteine	61.2 g
Sodio	0.27 mg

Allergens

Può contenere tracce di allergeni, Sedano, Uova, Senape

Always check the product labels for allergen information.

1

Step 1

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

Preriscaldare il forno in modalità statica a 220 °C.

Togliete la **bistecca** dal frigo in modo da renderla più tenera.

Tagliate le **patate** a metà o in quarti se sono più grandi delle altre (potete tenere la buccia).

Tagliate le **zucchine** a rondelle non troppo sottili.

2

Step 2

Raccogliete le verdure in una ciotola e conditele uniformemente con un generoso filo d'olio. Distribuitele su una teglia foderata di carta da forno e cuocete in forno caldo per circa 30-35 minuti, finché sono dorate, mescolandole a metà cottura.

Alla fine salate a piacere.

3

Step 3

Condite uniformemente la **bistecca** con un pizzico di **sale** e un filo d'**olio**.

Scaldare una padella a fuoco medio con una noce di **burro**, **l'aglio** e un po' di **timo**, fate rosolare per 1 minuto.

Unite la **bistecca** e cuocetela per 2 minuti su ogni lato (per una cottura media), irrorando con il **burro**.

Tagliate la bistecca a fettine.

4

Step 4

Disponete **patate**, **zucchine** e **bistecca** nei piatti.

Accompagnate con la salsa aioli e uno spicchio di **limone** per un tocco di freschezza.

Enjoy your meal!