

Bistecca alla Fiorentina

Un plato 100 % regional de Florencia, originalmente conocido como «carbonata» porque el bistec se cocinaba sobre las brasas. Cuenta la tradición que, durante la celebraciones a principios del siglo XIX, era costumbre repartir lonchas de carne asada a la población. Según cuenta la leyenda, durante las fiestas de San Lorenzo en Florencia, un grupo de aristócratas anglosajones pidió «beef steak» y los florentinos transformaron lo que oyeron («bif steik») en «bistecca».

SERVES: 4

PREPARATION TIME: 5 minutos

COOKING TIME: 8-10 minutos

Ingredients

- 4 chuletones magros de 300 g, de unos dos dedos de grosor (unos 2-3 cm)
- Pimienta negra recién molida
- Aceite de oliva virgen extra Filippo Berio Toscano

Method

1. Sacamos los chuletones de la nevera unos 20 minutos antes de cocinarlo para que tenga un mejor sabor y textura.
2. Pre calentamos una plancha untada ligeramente con aceite durante 5-8 minutos o hasta que esté caliente. Colocamos los chuletones en la plancha. Cocinamos durante 3-4 minutos cada lado para disfrutar de un chuletón poco hecho.
3. Retiramos del fuego y sazonamos ligeramente con sal y pimienta negra recién molida al gusto. Servimos inmediatamente con un buen chorrito de aceite de oliva virgen extra Filippo Berio Toscano.