

# Tagliata di manzo con rucola e pomodorini

Categoria: Portate - Carne



## Informazioni Generali

Preparazione: 10 min	Cottura: 10-12 min	Dosi per: 4 persone
Costo: Elevato	Difficoltà: Bassa	

La tagliata è una pietanza preparata con un preciso metodo di cottura (brace, griglia o piastra) e relativo taglio della carne a listarelle; quest'ultima è in genere un controfiletto o entrecote di manzo (o vitellone), spessa almeno 4-5 cm che deve arrostiti non più di 5-6 minuti per lato, in modo da mantenere al suo interno un bel colore rosato e tutti i suoi liquidi.

Si dice che l'ispiratore di questo piatto fosse addirittura Maximilien François-Isidore Robespierre, noto rivoluzionario francese, che ne era un grande estimatore.



## Ingredienti

### >> Carne bovina

controfiletto o entrecote di manzo 800 gr

### >> Olio

extravergine di oliva q.b.

### >> Pepe

macinato a piacere

### >> Pomodori

ciliegino 100 gr

### >> Rucola

100 gr

### >> Sale

q.b.

## Preparazione



Per preparare la tagliata iniziate togliendo dal frigorifero il pezzo di carne almeno un ora prima (1), in modo che all'atto della cottura non sia più freddo ma a temperatura ambiente; scaldate bene una pentola di ghisa, versatevi qualche granello di sale grosso (2), e adagiatevi la carne (3), che farete cuocere 5 minuti per lato.



Per la cottura, regolatevi in base allo spessore della carne e al grado di cottura da voi preferito; il migliore risultato è quando la carne all'interno risulta essere rosata ma non troppo cotta e asciutta (4).

Nel girare la carne, fate attenzione a non pungerla, per evitare di fare fuoriuscire i suoi liquidi. Togliete la carne dal fuoco, fatela "rilassare" qualche istante e poi, con taglio obliquo, riducetela a fettine di circa un paio di cm di spessore (5).

Disponete le fettine di carne sul lettino di rucola e pomodorini, che avrete tagliato in quarti (6): se la tagliata è per voi pepate

Disporre la carne a cubetti, rosolarla in un tegame con olio extravergine di oliva (o) secondo i vostri gusti, aggiustate di sale e irrorate con dell' olio extravergine di oliva, altrimenti mettetevi tutti i condimenti in tavola e lasciate che ogni commensale si serva come meglio crede.

## Consiglio

---

Per ottenere una tagliata ancora più gustosa, aromatizzate dell'olio extravergine di oliva facendolo scaldare leggermente in un pentolino contenente uno spicchio d'aglio schiacciato, del rosmarino e qualche bacca di pepe verde (o nero); lasciate il tutto in infusione per qualche minuto, poi eliminate le spezie e versatelo appena tiepido sulla carne, in modo da insaporire le fettine senza cuocerle.

## Curiosità

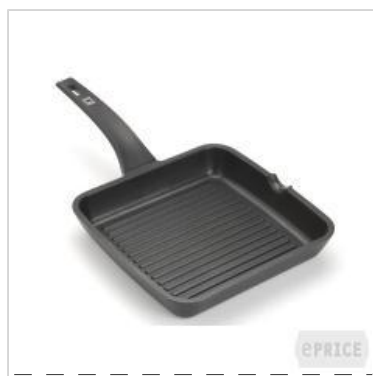
---

Come abbiamo detto, la tagliata era una pietanza molto gradita al noto rivoluzionario francese Robespierre: questa, veniva appunto realizzata come sopra descritto, cioè prendendo un bel pezzo di carne alto che veniva arrostito all'esterno e mantenuto invece al sangue all'interno.

Gli aromi che servono ad insaporire l'olio usato per condire la tagliata, fra cui rosmarino, aglio, e pepe verde, si dice che vennero posti all'interno della cesta che conteneva la testa ghigliottinata di Robespierre, in segno dispregiativo, per equipararla a quella di un maiale.

## Consigli per gli acquisti

---



Pentole in fusione di alluminio, Made in Spain, composte da un'ampia gamma di prodotti, progettati per offrire la massima robustezza e resistenza alla deformazione grazie sia al materiale utilizzato sia allo studio accurato degli spessori per ciascuno dei punti critici. Il rivestimento è in Teflon Platinum by Dupont (3 strati antiaderente: Primer, Midcoat, Platinum) per garantire la massima qualità, durata ed efficienza. tutti gli articoli sono adatti all'utilizzo su qualsiasi piano di cottura (vetroceramica e induzione compresi) .

[Prodotto scelto per te da ePRICE. Vedi dettagli.](#)