

Voglia di beef?

Costata di manzo Natura-Beef con asparagi freschi



Perché non concedersi un menu raffinato con prodotti di qualità? La ricetta che vi proponiamo oggi – una costata di manzo Natura-Beef con asparagi verdi freschi della regione – è una vera delizia!



Ingredienti per 4 persone

- 4 costate di manzo Natura-Beef (180 g l'una)
- spezie per carne
- 1 cucchiaio di burro per arrostire
- 1 kg di asparagi verdi freschi
- 1 limone
- 50 g di burro
- sale
- pepe
- burro al limone

Per il burro al limone

- 100 g di burro ammorbidito
- ½ limone, scorza e succo
- ½ cucchiaino di curcuma
- sale
- pepe

Burro al limone

Battere a crema il burro con il mixer. Grattugiare la scorza del limone e spremere il succo. Unire la scorza e il succo di limone al burro e condire con sale e pepe. Il burro al limone va poi spremuto in piccole rosette, con una sacca da pasticciare, e messo in fresco.

Costate e asparagi

Sbucciare il terzo inferiore degli asparagi e eliminare l'estremità legnosa. Mettere a bollire acqua a sufficienza, in una grande pentola. Dimezzare il limone e aggiungerlo, assieme al burro. Salare l'acqua. Cuocere gli asparagi nell'acqua 15-20 minuti, mantenendo sempre il calore sotto il punto di ebollizione.

Condire le costate con le spezie per carne e rosolarle nel burro caldo, 1 minuto da ogni lato. Una volta tolte dal fuoco, disporle in una pirofila calda e continuare la cottura 25 minuti nel forno preriscaldato a 80°. Alla fine aumentare la temperatura a 200° per 2 minuti, in modo da scaldarle bene.

Disporre le costate nei piatti, con il contorno di asparagi, e guarnirle con rosette di burro al limone. Dare un giro di pepe agli asparagi e servire subito.

Come accompagnamento si possono proporre patate lesse o un gratin di patate.

L'immagine e la ricetta sono tratte da Kathrin Sprecher, Kathrins Natura-Beef Fleischküche. Il libro è in vendita sul sito di Vacca Madre Svizzera (rubrica Shop)