

## FILETTO ALLO ZENZERO

### Ingredienti

- olio extravergine d'oliva (2 cucchiaini)
- mezzo dado da brodo
- mezzo aglio
- sale
- 1 cipolla
- prezzemolo
- 1 sedano
- 1 carota
- filetto di manzo (500gr)
- 1 foglia d'alloro
- zenzero

### Come si prepara

In una casseruola mettete le verdure pulite con la foglia d'alloro, coprite di acqua e portate ad ebollizione.

Fate cuocere per 30 minuti, poi immergetevi il filetto di manzo e proseguite la cottura per altri 40 minuti.

A cottura ultimata, scolate la carne e affettatela sul piatto di portata.

In un tegame con due cucchiari di olio, fate rosolare la cipolla affettata finemente con uno spicchio d'aglio tritato.

Versate un bicchiere di brodo caldo, ottenuto con mezzo dado sciolto in 200 ml di acqua, lasciate sul fuoco per qualche minuto e infine aggiungete mezzo cucchiaino di zenzero.

Una volta che la cipolla sarà cotta e il liquido di cottura ridotto, aggiustate di sale, cospargete di prezzemolo tritato e mescolate il tutto in una ciotola.

Servite il filetto accompagnato dalla salsa allo zenzero.

**Difficoltà: 3**

**Tempo: 90**



## Tabella nutrizionale

Valore energetico	122 kcal 511 kJ
-------------------	--------------------

## Tags

spezie, carne, filetto, Filetto allo zenzero, salsa allo zenzero