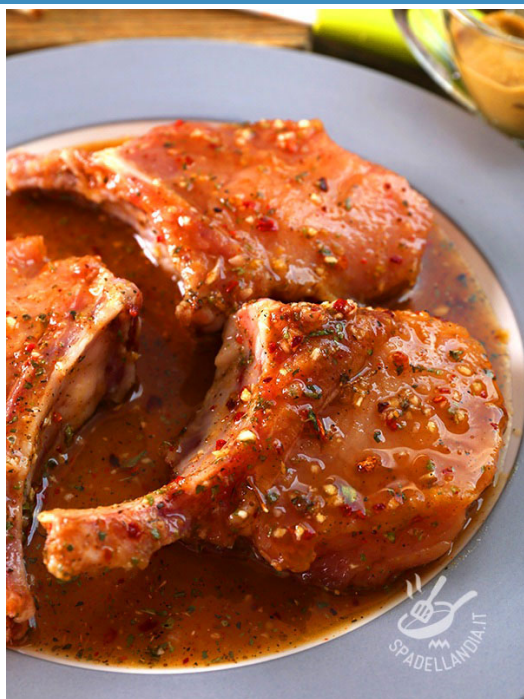




CARNE

## Costine piccanti ai tre pepi



4 PORZIONI



DIFFICOLTÀ



COSTO



TEMPO DI PREPARAZIONE

15 MIN



TEMPO DI COTTURA

10 MIN



CALORIE

530K

NOTE

15 MINUTI DI MARINATURA

### INGREDIENTI

800 g di Costolette di maiale

1/2 cucchiaino di Pepe bianco in grani

1/2 cucchiaino di Pepe rosa in grani

1/2 cucchiaino di Pepe verde in grani

200 g di Passata di pomodoro

2 spicchi di Aglio

1 Limone bio

10 cl di Vino bianco secco

8 foglie di Menta

2 cucchiaini di Olio extravergine di oliva (per soffriggere)

2 cucchiaini di Olio extravergine di oliva (per rosolare)

Sale

### Preparazione

- Preparate la marinata per le costine. Mettete i grani dei tre tipi di pepe in un sacchetto di carta o plastica per alimenti e pestateli in modo grossolano con un batticarne, usando la parte piatta. Tagliate metà dose di aglio a fettine.
- Trasferite i pezzetti di pepe e l'aglio in un vassoio fondo, versatevi il vino, le foglioline di menta, aggiungete il succo del limone e mescolate bene. Appoggiate la carne nel vassoio e rigiratela nella marinata, quindi copritela con la pellicola e fatela riposare a temperatura ambiente per 15 minuti circa.
- Intanto tritate l'aglio rimasto e fatelo soffriggere in un tegamino con un filo di olio, a fuoco basso per 1 minuto circa. Aggiungete la salsa di pomodoro, un pizzico di sale e cuocetela per 2-3 minuti, con il coperchio a metà.
- Fate scaldare l'olio in una padella capiente, sgocciolate bene le costine e fatele rosolare per 2-3 minuti a fuoco vivace, girandole a metà cottura. Versate con attenzione la marinata nella padella, salate e cuocete la carne finché il liquido sarà stato assorbito.
- Unite la salsa di pomodoro e cuocete per 6-7 minuti, a fiamma moderata, facendo in modo che il sugo rimanga abbastanza liquido: se fosse necessario aggiungete un po' di acqua calda. Verso fine cottura regolate di sale, spolverizzate con un po' di scorza grattugiata di limone e fate insaporire. Servite subito.

Carla Marchetti