

## Filetto di manzo *(Secondi a base di carne)*



### Preparazione

Prepariamo un trito di erbe aromatiche e cospargiamo per bene i filetti. Saliamo i filetti da entrambi i lati. Oliamo abbondantemente una padella e scottiamovi i filetti 3 minuti per lato: dobbiamo ottenere una bella crosticina. Teniamoli da parte. Prepariamo una salsa facendo appassire la cipolla in pochissimo olio, sfumando con il vino ed aggiungendo poi zucchero e mirtili. Lasciamo cuocere per qualche minuto in modo da ottenere una salsa, e schiacciando i mirtili con l'aiuto di un mestolo.

### Consigli

Per preparare un ottimo filetto di manzo in salsa di mirtili, condite la vostra carne anche con un tocco di senape: sarà sicuramente irresistibile.

### Curiosità

Il nostro prezioso e gustoso secondo piatto di oggi, trae le sue origini in una terra bellissima: stiamo parlando della Lunigiana.

### Informazioni

**Preparazione** 10 minuti

**Cottura** 10 minuti

**Dosi per** 2 persone

**Difficoltà** Facile

la terra di Puglia



### ACQUISTA SUL NOSTRO SHOP

Autentici prodotti di Puglia solo su  
[shop.laterradipuglia.it](http://shop.laterradipuglia.it)

**Sconto del 10%**

utilizzando questo codice entro 31/12

RICETTE-2016

[clicca qui per accedere](#)

### Ingredienti

**Filetto di manzo** (due tagli di filetto di manzo alti 4 cm ciascuno)

**Erbe aromatiche** (miste: rosmarino, menta, erba cipollina, salvia, timo)

**Olio extra vergine di oliva** (q.b.)

**Sale grosso integrale** (q.b.)

**Zucchero** 30 grammi

**Mirtilli** 200 grammi

**Cipolle** (un pezzetto di cipolla bianca)

**Vino bianco** (q.b.)