Pavé alla piastra

Un bel pavé di manzo è sempre buono: che sia alla piastra oppure sulla brace come in una padella di ghisa bella pesante, l'importante è che sia cotto con la massima semplicità possibile e senza errori. Basta poco, del resto: una fetta di manzo spessa quattro centimetri e una marinatura a temperatura ambiente con gli aromi che più si preferiscono. Basta che siano in minima quantità. Io lo preparo così.

Ingredienti per persona:

fetta di manzo, spessore cm 4	g	400
aglio	spicchio	½
origano	presa	1
olio EVO		QB
vino rosso	ct	1

Preparazione:

Almeno un'ora prima di cucinare togliere la carne dal frigo. Incidere lievemente l'eventuale grasso esterno ma evitare di tagliare la carne.

Condirla con un mezzo spicchio d'aglio spremuto, una bella presa d'origano, pochissimo vino rosso e del buon olio d'oliva.

Lasciarla riposare a temperatura ambiente girandola un paio di volte.

Scaldare la griglia o, a piacimento, la brace, la bistecchiera o la padella di ghisa pesante.

Portare a temperatura di 100° lo scaldavivande e metterci i piatti su cui andrà servito il pavé.

Se si usa la bistecchiera elettrica andrà regolata al massimo.

Appoggiare la fetta sulla griglia rovente e, se si usa una bistecchiera elettrica, chiuderla tenendola sollevata almeno un centimetro dalla parte superiore della carne.

Girarla dopo due minuti e cuocerla per al massimo altri due minuti sull'altro lato.

Quindi avvolgerla bene in un foglio d'alluminio e lasciarla riposare nello scaldavivande (oramai spento) per cinque minuti.

Togliere il pavé dall'alluminio, deporlo sul piatto caldo e condirlo con fior di sale (o sale marino grosso, in mancanza d'altro…), pepe nero appena macinato e olio d'oliva.

Gustare a piccoli bocconi.

Buon appetito!

SUGGERIMENTI E NOTE:

- I sapori per la marinatura della carne sono abbastanza soggettivi; a volte preferisco il rosmarino al posto dell'origano e in quel caso, se scelgo la cottura nella padella di ghisa rovente, metto un rametto di rosmarino nella padella.
- Si può aggiungere del sale appena prima di serrare il foglio d'alluminio ma solo dopo una trentina di secondi dall'averla tolta dal fuoco.
- Io nel piatto mi accontento di sale, pepe e olio EVO: un buon taglio di carne non richiede altro; nulla proibisce però l'uso di un burro alle erbe o di una salsa calda a seconda del proprio gusto.