

Fesa di tacchino con salsa al sesamo

Portata: Secondi di
carne

Tempo:

Numero persone: 0

Difficoltà: Facile

Ingredienti per 0 persone

- 3 cucchiaini di olio extra vergine di oliva Bio, Logico Despar
- 40 ml brodo vegetale leggero (caldo)
- 25 gr semi di sesamo Despar Vital
- 120 gr filetto di fesa di tacchino
- 1 pizzico di sale
- 1 pizzico di pepe

Preparazione

1 - Aggiusta di sale e pepe, aggiungi il brodo caldo, poi abbassa la fiamma e lascia cuocere con coperchio per altri 8-10 minuti, aggiungendo poco brodo nel caso la carne dovesse asciugarsi troppo.

2 - In un'ampia padella fai scaldare leggermente 1 o 2 cucchiaini di olio, poi fai rosolare a fiamma vivace ma non aggressiva per circa 5 minuti il filetto di tacchino su tutti i lati, fino a che non risulta omogeneamente dorato.

3 - Trasferisci il sesamo nel mixer e tritalo finemente insieme al sale, all'olio, in più riprese, fino a ottenere una pasta omogenea. Aggiungi un cucchiaino d'olio a piacere per renderla più fluida.

4 - In un padellino antiaderente fai tostare il sesamo a fiamma bassa per 4-5 minuti, mescolando con un cucchiaino di legno e verificando che il sesamo non bruci.

5 - Una volta cotta, lascia riposare qualche minuto e poi procedi al taglio a fettine. Servi insieme alla salsa al sesamo.