

## Carne di cavallo con senape e timo *(Secondi a base di carne)*



### Preparazione

Cospargete la carne di sale (non esageratamente, giusto per insaporirla), spalmate la senape su tutti e due i lati e poi cospargete di foglioline di timo.

Scaldate bene una padella con un filo d'olio e abbrustolitevi la carne, tenendola al sangue.

Alla fine aggiungete un goccio di vino bianco in modo che faccia sugo dalla senape e dall'olio.

Servite con qualche cucchiaino di sugo.

### Consigli

Se proprio non vi piacesse la carne di cavallo, potreste sostituirla con del roast beef.

### Curiosità

La carne di cavallo viene preferita rispetto a quella di altri animali per la sua notevole ricchezza di ferro, un elemento importantissimo per la dieta.

### Informazioni

**Preparazione** 15 minuti

**Cottura** 5 minuti

**Dosi per** 1 persona

**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

**Carne di cavallo** (meglio se stracca)

**Senape**

**Sale integrale**

**Timo**

**Vino bianco**