
Filetto con salsa allo yogurt, pepe rosa e zenzero

Autore: Max Fattorini

Fonte: Web

Una preparazione più leggera rispetto a quella col pepe verde, sostituendo la panna con lo yogurt. Dal blog [La piccola casa](#)

Nei mesi scorsi avevo preparato sia il [filetto al pepe verde](#) che la [bistecca di brontosauo al pepe verde](#), due piatti veramente squisiti con il solo problema della panna che per alcuni risulta essere un po' grassa. Volendo ripreperare un po' di filetto ho cercato di pensare come sostituire la panna, la scelta è immediatamente ricaduta sullo yogurt, in particolare quello greco, inoltre per cambiare un po' ho utilizzato il pepe rosa (che pepe non è in realtà) e visto che non è molto piccante ho aggiunto un po' di zenzero fresco a cubetti, che oltretutto fa anche molto bene. La preparazione di questa ricetta per il filetto è semplice e veloce, ma il gusto è veramente interessante e soprattutto è sicuramente più leggera del classico filetto al pepe verde. Il gusto dello zenzero ben si è sposato con l'aroma speziato del pepe rosa e insieme allo yogurt e l'**Armagnac** (si può usare anche un Brandy o un Cognac) hanno reso delizioso il filetto. Ecco quindi la ricetta per questo filetto con salsa allo yogurt greco con pepe rosa e zenzero. **Ingredienti (x 2 persone)** 4 pezzi di filetto (in totale 400 g) 1 noce di burro 1 bicchierino di Armagnac 1 pezzo di zenzero fresco di circa 3 centimetri 2 cucchiaini di bacche di pepe rose 1 vasetto (200 grammi) di Yogurt greco sale grosso Pelare lo zenzero e tagliarlo a brunoise (cubetti), in un mortaio pestare 1 cucchiaino di pepe rosa, con la polvere ottenuta massaggiare per bene il filetto lasciandolo riposare per alcuni minuti. In padella far sciogliere la noce di burro, aggiungere una presa di sale grosso e far cuocere i pezzi di filetto due minuti, girare e far cuocere altri due minuti (a me piace bello al sangue dentro, oltretutto risulta anche più morbido). Levare il filetto dalla padella con ancora gli umori del filetto e sistemarlo nei piatti, versare quindi l'armagnac nella padella, alzare la fiamma e farlo svaporare sinché non si incendia, aggiungere quindi lo yogurt greco e un cucchiaino di pepe rosa e la brunoise di zenzero fresco, far quindi cuocere per alcuni istanti finché lo yogurt non si sia "sciolto". Spegnere la fiamma e aiutandosi con un cucchiaio versare la salsa direttamente sul filetto. Buon appetito con questa rivisitazione più leggera del filetto al pepe. Dal blog [La piccola casa](#)