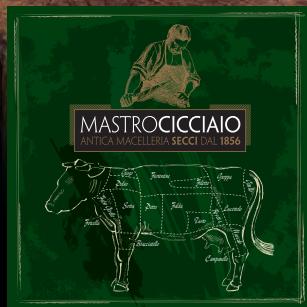


VADEMECUM DELLA BISTECCA





ATTREZZATURA

- Combustibili
Legna consigliata: quercia, faggio, olivo oppure il pratico Mix Mastro Legna di faggio e quercia .In alternativa procurarsi del carbone oppure un mix di carboni Mastro Carbonella.
- Pinza da barbecue
- Mastro Tagliere di olivo toscano o un semplice vassoio
- Panno carta assorbente
- Coltello a lama liscia da bistecca
- Facoltativo un termometro a sonda.
- Griglia



EQUIPMENT

- The Fuel
Recommended wood: Oak, Beech, Olive or the practical Mastro Wood Mix of Beech and Oak. Otherwise get some charcoal or the special mix of Mastro Carbonella
- Barbeque tongs
- Mastro Tuscan Olive wood chopping board or a serving tray.
- Absorbent kitchen roll paper
- Smooth bladed meat knife
- A meat thermometer - optional
- A steel grill

INGREDIENTI

- Sale grosso o macinato iodato marino toscano
- Pepe nero
- Olio extravergine d'olivo toscano

INGREDIENTS

- Rock salt or milled iodised Tuscan sea salt
- Black pepper
- Tuscan Extra Virgin olive oil



PREPARAZIONE

- 1a Tirare fuori dal frigo la bistecca almeno 3 ore prima della cottura.
- 2a Preparare una bella brace color rosso vivo con combustibile sopra indicati, e mettere sopra la brace l'apposita griglia in acciaio ad arroventare assicurandosi che sia ad una di circa 12 Cm dai carboni.
- 3a Quando la brace è pronta e la griglia è ardente, prendere la bistecca asciugarla bene con un panno carta su tutti i lati dopodiché ungersi le dita con l'olio extravergine d'oliva Toscano e massaggiare la carne accuratamente.

ATTENZIONE!!!

Non ungere copiosamente ma distribuire un velo invisibile di olio sulla carne.

THE METHOD

- 1a Take the steak out of the fridge at least 3 hours before cooking.
- 2a Get the wood embers or charcoal to a bright glowing red, then place the steel grill at about 12 cm above them so it heats up.
- 3a When the grill is nice and hot take your steak and dry it thoroughly with the kitchen paper on all sides, after that apply a dollop of Tuscan Extra Virgin olive oil to your hands and diligently massage it into the meat.

BE CAREFUL!!!

Don't overdo the oil, just a thin, imperceptible layer is what you are aiming for.

LE BISTECCHE

- Mastro bistecca fiorentina
- Mastro costata fiorentina
- Mastro tomahawk

THE STEAK

- Mastro 'Fiorentina' steak
- Mastro Fiorentina Entrecote or Rib Eye steak
- Mastro Tomahawk



COTTURA AL SANGUE

- 1b Fatta la dovuta preparazione, adagiare la bistecca sulla griglia di acciaio e lasciare per circa 6/7 minuti a cuocere, sempre assicurandosi che la brace sia bella incandescente e la griglia stessa disti 12 Cm circa da quest'ultima. Se vogliamo l'effetto "GRILL MARKS", ossia l'impronta a forma di quadretti prodotta dalla griglia sulla carne, si deve dopo i primi 3 minuti di cottura, ruotare la bistecca di circa 90° e lasciarla così per gli altri 3 minuti prima di capovolgerla!!
- 2b Passati i primi 6/7 minuti, con l'aiuto della pinza barbecue (non bucare mai la carne con forchettoni o simili) capovolgere la bistecca sulla griglia e lasciarla altri 6/7 minuti a cuocere sempre assicurandosi che la brace sia bella rossa. Per l'effetto "GRILL MARKS" vale punto 1b.
- 3b Passati i secondi 6/7 minuti, sempre con l'aiuto della pinza, posizionare la bistecca in verticale in modo che l'osso vertebrale poggi sulla griglia. Lasciare la bistecca in questa posizione per circa 3/4 minuti.(se la bistecca non sta in piedi vuol dire che non necessita questo passaggio)
- 4b Ultimato i passaggi in modo corretto (1b,2b,3b), togliere la bistecca dalla griglia ed adagiarla sul Mastro tagliere d'olivo toscano od un vassoio. Condirla con del sale iodato marino toscano, pepe nero e se vogliamo un filo d'olio extravergine d'oliva toscano. A questo punto coprire la bistecca con un piatto o con la carta alimentare dove era preincartata la bistecca e lasciarla riposare per circa 90 secondi, dopodiché scoprirla e con il coltello da bistecca tagliarla in porzioni.

COOKING IT 'RARE'

- 1b Having done all the aforesaid preparations place the steak on the grill and leave it to cook for approximately 6/7 minutes, always making sure that the embers are incandescent and the grill is 12cm above them. If you want to get the 'Grill Marks' effect, or the lattice pattern branded onto the meat, rotate the steak 90° after the first 3 minutes of the cooking time then wait another 3 minutes before turning it over!
- 2b After the first 6/7 minutes turn the steak over with the barbecue tongs (never stab the steak with a fork or anything else) leave it another 6/7 minutes to cook, remember to check that those embers are still red and burning hot. For the 'Grill Marks' effect see point 1b.
- 3b When the 6/7 minutes have passed turn the steak, always using the tongs, so it is vertical with the vertebrae bone on the grill (if the steak won't stay up it means you can skip this step) for about 3 / 4 minutes.
- 4b Having done all the steps (1b,2b,3b) correctly remove the steak from the grill and place it on a Mastro Tuscan Olive wood chopping board or a serving tray. Season with the iodised Tuscan sea salt, black pepper and if you so wish an extra drizzle of Tuscan Extra Virgin olive oil. At this point cover the meat with a plate or the special paper it was wrapped in and leave to rest for about 90 seconds, after that uncover and slice into portions with the meat knife.



COTTURA NON AL SANGUE

(+ 2-3 minuti per ogni lato della bistecca rispetto ai tempi indicati dalla cottura al sangue)

!!STOP VIETATO CUOCERE TROPPO LA BISTECCA FIORENTINA, COSTATA FIORENTINA e LA BISTECCA TOMAHAWK!!!

COOKING A 'WELL DONE' STEAK

(Add 2-3 minutes to the time indicated for the 'rare' cooked steak.)

STOP!!! IT IS FORBIDDEN TO OVERCOOK THE FIORENTINA, ENTRECOTE AND TOMAHAWK STEAKS.

AVVERTENZE

- La carne si può salare sia prima (punto 1a) sia dopo averla capovolta (punto 2b) o come io consiglio, dopo cotta (punto 4b).
- Se siamo in possesso di un termometro a sonda, vale sempre la regola dei primi 6/7 minuti ma, dopo aver capovolto la bistecca, portare la temperatura al cuore a non più di 60°C per una cottura al sangue.
- I tempi di cottura indicati (1b, 2b, 3b) si intendono per una bistecca con peso circa 1,200 Kg ed altezza del taglio di circa 5 cm (tre dita). Per le varianti più piccole o più grandi bisogna regolarsi nei tempi di cottura in proporzione logico intuitiva e visiva.
- Le istruzioni valgono sia per la bistecca fiorentina sia per la costata fiorentina sia per la bistecca tomahawk.

BUONA MASTRO-BISTECCA!!!

CAUTION

- You can salt the meat either before (step 1a) or after you have turned it (step 2b) or follow my way, and do it after it has cooked (step 4b).
- If you have a meat thermometer still do the first 6/7 minutes of cooking but, after turning the steak over, bring the inside temperature to no more than 60° for a 'rare' done steak.
- The cooking times indicated (steps 1b, 2b, 3b) are meant for a steak of about 1,200 Kg in weight and circa 5cm in height (three fingers). For smaller or larger sizes you have to regulate the cooking times in intuitive, visible and logical proportions.
- The instructions are valid for both the Fiorentina and Fiorentina Entrecôte as well as the Tomahawk steak.

HAPPY MASTRO – STEAK!!!



**Via Borgo B. Paoli, 1
50027 Strada In Chianti (FI)
info@mastrocicciaio.com
+39 055 858039 +39 392 9457541
www.mastrocicciaio.com**

