

Fesa di tacchino con crema agli asparagi



Ingredienti (per 1 porzione)

120 g di filetto di fesa di tacchino

50 g di asparagi

10 ml di succo di limone

4 foglie di basilico

40 ml di vino bianco secco

3 cucchiaini di olio extra vergine di oliva Bio,Logico Despar

1 pizzico di sale

1 pizzico di pepe

Procedimento

1. Lesso gli asparagi in abbondante acqua leggermente salata per 5-7 minuti o finché non diventano teneri ma non sfatti.
2. In un mixer trito asparagi, un cucchiaino di olio, limone e basilico fino a ottenere una crema e tengo da parte.
3. In un'ampia padella faccio scaldare 2 cucchiaini di olio, poi vi faccio rosolare a fiamma medio-alta per circa 5 minuti il filetto di tacchino su tutti i lati, fino a che non risulta omogeneamente dorato.
4. Aggiusto di sale e pepe, aggiungo il vino, faccio sfumare un minuto, poi abbasso la fiamma e lascio cuocere con coperchio altri 8-10 minuti, aggiungendo ancora poco vino nel caso la carne dovesse asciugarsi troppo.
5. Una volta cotto il tacchino, lascio riposare qualche minuto e poi procedo al taglio a fettine. Servo insieme alla crema di asparagi.