

La vera Bistecca alla Fiorentina si taglia nella lombata di vitellone di Razza Chianina: ha nel mezzo l'osso a forma di "T", con il filetto da una parte e il controfiletto dall'altra, ed è alta circa 3 centimetri. E' di colore rosso intenso ed il grasso, importante per conferire morbidezza e sapidità, deve essere bianco, ben distribuito ai bordi e con qualche leggera infiltrazione nel tessuto muscolare, mai in eccesso.

Fra l'aver a disposizione una bella bistecca e mangiare una buona bistecca c'è di mezzo la cottura.

Prima di tutto bisogna evitare di mettere a cuocere la bistecca appena tolta dal frigo, ma lasciare che recuperi la temperatura ambiente.

Ci vuole poi una buona griglia o una piastra ben arroventata. Brace o gas? La fonte di calore non è decisiva se la temperatura iniziale è abbastanza elevata da garantire un'immediata coagulazione superficiale, con formazione di una crosticina uniforme, che impedisce la perdita dei succhi.

La salatura, sempre per evitare la fuoriuscita dei succhi, deve avvenire dopo aver rigirato la bistecca, sulla crosticina e mai sulla carne viva.

La cottura ottimale è raggiunta quando la carne è uniformemente abbrustolita all'esterno, il grasso è ben sciolto, lucido e trasparente, e l'osso senza più tracce di sangue. All'interno, particolarmente vicino all'osso, la carne deve essere cruda di aspetto, ma ben calda.

Un filo d'olio e una macinata di pepe nero completano l'opera.

Il peso per commensale è difficilmente quantificabile, anche perchè la bistecca va mangiata da sola senza essere abbinata a primi piatti o contorni.

Mucca pazza? No, bisogna essere pazzi a privarsi della bontà delle carni bovine di razza Chianina, provenienti da animali allevati come si deve: al pascolo, all' ingrasso con foraggio e cereali, senza stress, senza chimica e senza mangimi di dubbia provenienza.

Per i puristi, la Fiorentina si ottiene solo con le carni di Chianina, razza tipica toscana, originaria della Val di Chiana. E la Chianina non è razza che si presta ai cicli moderni (moderni?) d' allevamento, richiede alimentazioni adeguate, spazi di pascolo, rapporto diretto tra vacca e vitello. Cicli di produzione naturali, più lenti (e quindi costosi) di altri bovini europei e internazionali.

Bel discorso - si potrà obiettare - ma la carne di razza Chianina costa una cifra rispetto a quella degli allevamenti intensivi. Questo è vero: la qualità si paga. Ma non c'è scritto da nessuna parte che bisogna mangiare la carne tutti i giorni. Anzi, è una pessima abitudine nutrizionale.

Assalire con coltello e forchetta la fiorentina (peso e dimensioni delle bistecche, tagliate apposta per Esperia, sono quelli tradizionali, parecchi centimetri di altezza) una volta alla settimana rende molto più felici - e costa molto meno - che mangiarsi una smunta bistecchina tutti i giorni.

Imparare a conoscere, riconoscere e apprezzare la carne migliore, aiuta a valorizzare le produzioni agricole locali, a evitare lo spopolamento della campagna e della montagna, e, soprattutto, a vivere meglio.

Per gustare le sette meraviglie della Fiorentina di Chianina della Macelleria Falaschi bisogna cuocerla sulla bistecchiera roventissima, pochi minuti per parte, e condirla con sale grosso, pepe macinato al momento e un filo d' olio buono.