



## Sua maestà la Fiorentina

Fabrizio Cioffi 24 Febbraio 2016

Curiosità, Dietro il cibo, Nel piatto, Ricette, Storia gastronomica, Tradizioni



Il suo nome – perché di nome si tratta e non di aggettivo – oramai è sinonimo di bistecca. Un vero orgoglio italiano e vanto della cucina toscana: sua maestà la Fiorentina.

Corre l'anno 1530 – o giù di lì – e nella Firenze dei Medici, importante centro commerciale e finanziario, già all'epoca è consistente la presenza di stranieri, tra i quali anche molti inglesi. Nelle notti di San Lorenzo, il 10 Agosto, la famiglia Medici è solita festeggiare il "proprio" santo con una festa popolare, con balli, canti e grossi banchetti offerti al popolo, nei quali spicca l'offerta di carbonate, dei grossi pezzi di carne cotti su braci. Ed è proprio durante uno di questi offertori che alcuni nobiluomini inglesi di passaggio a cavallo, incuriositi dallo spettacolo popolare, si avvicinano ad assaggiarne qualche pezzo e, strabiliati dalla bontà, iniziano ad urlare, "beef-steak, beef-steak", reclamandone ancora. E' appena stata battezzata la bistecca.

Ovviamente si tratta di una ricostruzione un po' romanzata, tuttavia il termine bistecca appare anche citato, con la sua etimologia inglese, da Pellegrino Artusi nel suo trattato "La Scienza in cucina e l'arte di mangiar bene". Inoltre, per la prima volta, il termine bistecca è utilizzato nel padiglione italiano all'esposizione Universale di Parigi di fine '800, proprio associato alla preparazione di una fetta di carne con osso, alta tre dita e cotta su braci.



La Fiorentina è uno spesso taglio bovino che si ottiene dalla parte anatomica della lombata, situata circa a metà della schiena dell'animale. Si presenta con un osso a forma di T che separa la bistecca dal filetto, ed è proprio la presenza di quest'ultimo a fare la differenza con la costata. Il taglio è solitamente alto 4 o 5 cm – 3 dita secondo la tradizione – e pesa circa 1 kg.

Per fregiarsi del nome di Fiorentina, la carne deve essere ottenuta da vacche di razza Chianina con un'età compresa tra 12 e 24 mesi che non abbiano mai lavorato, per assicurare un taglio più tenero. Inoltre, se vendute singolarmente, le bistecche devono essere confezionate sottovuoto. Hanno una frollatura di almeno 15 gg e devono presentare un'evidente marezza – il grasso infiltrato nelle fibre muscolari.



La T-bone americana è una "cugina" della Fiorentina ricavata da un altro tipo di vacche, le Long-Horn texane; presenta una frollatura più lunga, circa un mese e, non vi sono indicazioni sulla marezza, che comunque è bene classificata con tagli standard americani. Anche il taglio è leggermente diverso; la fiorentina può ricadere in due tagli americani, la T-bone e la Porterhouse. Queste ultime si differenziano per la dimensione del filetto, più grande nella Porterhouse e più piccolo nella T-bone.

Pochi passi, ma da tenere bene a mente, per ottenere la **fiorentina perfetta**: bisogna tenere la carne fuori dal frigo, a temperatura ambiente, almeno un paio d'ore, prima della cottura, che va eseguita esclusivamente su braci roventi e senza aggiunta di alcun condimento. La brace, secondo la tradizione, deve essere ottenuta con legno di olivo, quercia, leccio, castagno o faggio – tra gli alberi più diffusi in Toscana – facendo attenzione a che la griglia sia bene in temperatura prima di adagiarvi la carne, in modo da favorire la reazione di Maillard. La cottura va prolungata per 4/5 minuti per lato, per poi terminarla sull'osso, con la bistecca in piedi, per ulteriori 5 minuti. Va rigirata esclusivamente con pinze e non va mai bucata con forchettoni. Infine è buona norma farla riposare per una decina di minuti tenendola al caldo affinché i succhi si redistribiscano all'interno della carne. Va poi scollata e servita con solo sale, meglio se in fiocchi. Se proprio non si può fare a meno di un filo d'olio, che sia un buon toscano robusto e – attenzione – niente limone.



Autore: T.Tseng Licenza: Creative Commons

Alcuni indirizzi dove poter gustare l'autentica Fiorentina:

**Osteria l'Brindellone** – La tipica osteria fiorentina, in borgo san Frediano; pranzi in famiglia, pochi turisti e prezzi umani. Per non parlare del menù super-tradizionale. – Piazza Piattellina 10, Firenze Tel. 055/217879

**Trattoria Da Burde** – Aperta solo a pranzo e il venerdì sera: fiorentine di razze francesi allevate in Italia, oltre alla solita Chianina. – Via Pistoiese 6, Firenze Tel. 055/317206 – [www](#)

**Ristorante Buca Lapi** – Buca storica, nelle cantine di palazzo Antinori, riconosciuta come uno dei migliori ristoranti in cui gustare la Fiorentina. Aperto solo a cena. – Via del Trebbio 1, Firenze Tel. 055/213768 – [www](#)

**Ristorante Il Latini** – Nel classico menù toscano spicca la straordinaria fiorentina. Gran ressa, tavoli comuni e menù declamato a voce. – Via dei Palchetti 6, Firenze Tel. 055/210916 – [www](#)

#bistecca #fiorentina #griglia #manzo



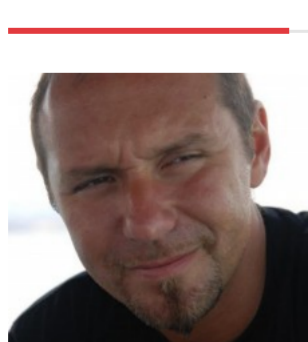
Articolo precedente  
**Lula: Sos Maccarrones de Eritru**



Articolo successivo  
**Il pesce crudo: attuale mania, antiche radici**

### L'autore

Vedi tutti gli articoli



Fabrizio Cioffi

### 1 Commento

Aggiungi un commento



Jean-Michel Carasso ha detto:  
24 Febbraio 2016 alle 10:55

La Chianina s'è saputo vendere ma ormai il mito sta decadendo. In effetti, il macellaio Dario Cecchini, re dei macellai toscani, fa allevare in Spagna, mentre numerosi ristoranti dove si mangia ottima fiorentina usano Piemontese, Frisona, Limousine ed altro. La Chianina è quella più cara ma non è detto che sia quella migliore, poi dipende dalla cottura: chi non sa cuocere la fiorentina come si deve massacerà un'ottima Chianina come un'altra bistecca. L'aggiunta del filo d'olio o di limone nel piatto è usanza antica e rustica. E' questione di gusto, non è "proibito".  
Aggiungo alla lista dei ristoranti il Ristoro d'i Cambi in via Sant'Onofrio (Oltrarno) che serve una bistecca fiorentina da urlò. Ma ce ne sono tanti altri...

Rispondi

### Lascia un commento

Il tuo indirizzo email non verrà pubblicato. I campi obbligatori sono contrassegnati da \*

Commento

Form for leaving a comment with a text area.

Nome \*

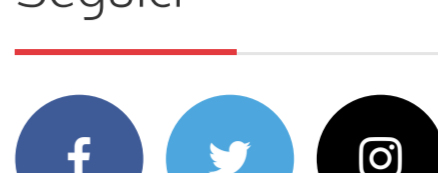
Indirizzo email \*

Sito web

Form fields for name, email, and website.

Publica commento

### Seguici



Cerca...

### Informazioni

Chi siamo  
Contatti  
Privacy e cookie policy

### Frugando nell'archivio

- La panificazione e i grani antichi
Coloro che mi conoscono più o meno bene, ...
- Il salmorejo cordobès
Arriva il tempo dei pomodori, e non c'è ...
- Desenzano da mangiare
C'è una cittadina sul lago di Garda molto ...
- Il bicerin della Consolata
Il bicerin – bicchierino, in piemontese – più ...
- Le aringhe e il <i>bacalà</i> delle Ceneri
Siamo in pieno Carnevale e parlandovi del Friuli ...
- Lo strano linguaggio della cucina in tv
La lingua italiana, e come lei qualunque altro ...
- Il gusto di Proust di Gianluca Fusto
Ci si può trovare in forte imbarazzo nello ...
- Franco Pepe e la Mastu Nicola
Franco Pepe e la Mastunicola "... sai, io sono fondamentalmente un ...

### Ricette

- Cannavacciolo e le sue lingune
Ci sono alcuni piatti che rappresentano una vera ...
- Cannella, sì, ma...
La cannella la conosciamo tutti. Oggi fa parte ...
- La polenta dolce
Le zone di montagna della provincia di Arezzo ...
- La samfaina e le sue sorelle
Un soffritto o stufato di verdure che può ...
- San Michele, il dolce della festa
C'è in Romagna, nella bassa Romagna, un paese ...
- il tuco dall'America Latina
La curiosità uccise il gatto, si dice, e ...
- Non esiste solo il tofu: il paradosso dei formaggi vegetali
A volte nella vita capita di cambiare, per ...
- I Canestrelli del Canavese o della pazienza certosina
Con il nome Canestrelli in Piemonte si indicano ...

### Categorie

- Dietro il cibo
Storia gastronomica
Tradizioni
Curiosità
- Nel piatto
Prodotti e produttori
Ricette
Tecniche
- Da vedere, da scoprire
Viaggi e week end
Mostre, musei
Ristoranti e locali
Mercati e botteghe
Cinema e TV
- Nel bicchiere
- Sul leggio
- Persone
- Eventi
Vi raccontiamo
Comunicati stampa

### Sul leggio

- L'edicola spagnola
- Cucina Sotto Torchio
- pizza: il libro che mancava
- Leopardi a tavola
- Arte da mangiare

### GIEMME su Twitter

Twitter feed showing tweets from @gmediterranea about tortello alla lastra and osteria di Birra Del Borgo.

### GIEMME su Instagram

Instagram feed showing a post from @gmediterranea about osteria di Birra Del Borgo.

### Archivi

Form for selecting a month from an archive.

Archivi

Seleziona il mese

Dropdown menu for selecting a month.

Buttons for 'Incorpora' and 'Visualizza su Twitter'.

Buttons for 'Incorpora' and 'Visualizza su Twitter'.

Buttons for 'Incorpora' and 'Visualizza su Twitter'.

Buttons for 'Incorpora' and 'Visualizza su Twitter'.

Buttons for 'Incorpora' and 'Visualizza su Twitter'.

Buttons for 'Incorpora' and 'Visualizza su Twitter'.

Buttons for 'Incorpora' and 'Visualizza su Twitter'.

Buttons for 'Incorpora' and 'Visualizza su Twitter'.

Buttons for 'Incorpora' and 'Visualizza su Twitter'.

