

SECONDI PIATTI

Arrosto di maiale con sugo di verdure

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: media PREPARAZIONE: 25 min COTTURA: 130 min COSTO: basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



INGREDIENTI

un pezzo di lonza di maiale da 800 g
2 coste di sedano
2 scalogni
1 porro
2 pomodori
2 zucchine
200 g di zucca
mezzo bicchiere di vino bianco (facoltativo)
3 cucchiai di olio extravergine di oliva
1 dado vegetale
sale e pepe.

PREPARAZIONE

1 In una padella fate scaldare l'olio9, unite la lonza e fatela rosolare 5 minuti per lato.



2 Sfumare con il vino.



3 Nel frattempo lavate e tritare col robot da cucina le verdure.



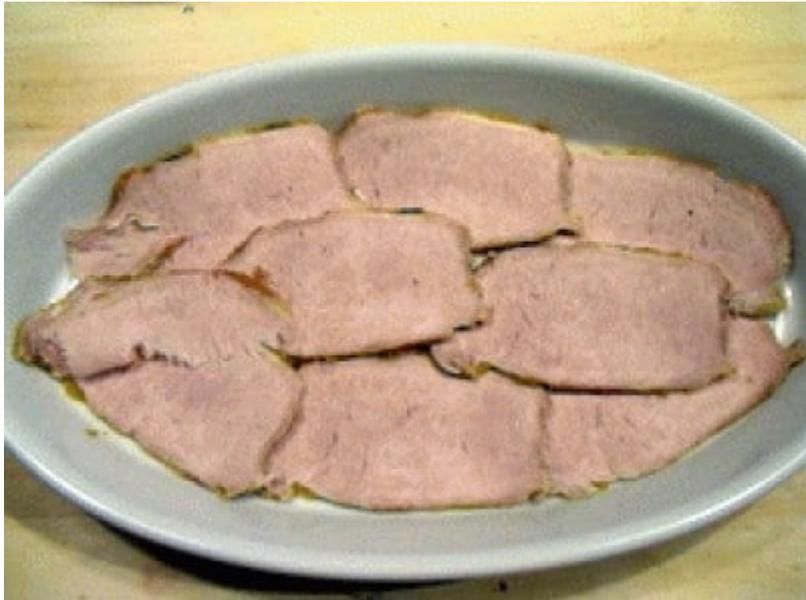
4 Salare la lonza, unite le verdure e poco dado.



5 Coprite e fate cuocere per 2 ore circa.



6 Fate raffreddare bene e poi tagliate la carne a fette sottili.



7 Se ci fosse bisogno fate restringere un attimo il sugo e poi ricoprire la carne.

