

SECONDI PIATTI

## Carne sfibrata fritta

LUOGO: Sud America / Venezuela

DOSI PER: 4 persone    DIFFICOLTÀ: bassa    COSTO: medio    REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



### INGREDIENTI

CARNE DA BRODO 1 kg  
CIPOLLE tritate - 2  
SPICCHIO DI AGLIO 2  
CUMINO 1 presa  
ORIGANO 1 presa  
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4  
cucchiaini da tavola  
SALE  
PEPE NERO

### PREPARAZIONE

**1** Pulite e lavate la carne; tagliatela a fette dello spessore trasversalmente rispetto alle fibre.

Ungete le fette di olio e mettetele in forno o su una piastra, rivoltandole quando necessario, in modo che si cuociano bene da ambo i lati.

Lasciatele poi freddare; quando sono tiepide, sfibratele in pezzetti abbastanza grossi; se la carne è stata tagliata nel verso giusto si dovrebbero ottenere dei cubetti, più o meno irregolari, di un centimetro circa di lato.

Mettete in una padella l'olio; quando è caldo aggiungetevi la cipolla e l'aglio e fateli dorare; aggiungete la carne sfibrata e, dopo qualche minuto, aggiungete anche il sale, il pepe, il cumino e l'origano; mescolate e, dopo due minuti, togliete dal fuoco.

Servite con contorno di patate in umido o di riso in bianco.