

SECONDI PIATTI

Guiso de carne

LUOGO: Sud America / Argentina

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa PREPARAZIONE: 20 min COTTURA: 25 min COSTO: basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



INGREDIENTI

POLPA DI MANZO 400 gr
POMODORI maturi - 300 gr
PISELLI secchi e lessati - 150 gr
RISO 150 gr
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) ½
bicchieri
CIPOLLE 1
PEPERONI VERDI 1
CUMINO
ALLORO 2 foglie
PEPERONCINO IN POLVERE
SALE
FORMAGGIO grattugiato -

PREPARAZIONE

- 1 Tritate grossolanamente la carne e insaporitela nell'olio, mescolatevi la cipolla tritata e il peperone a quadratini e rosolate il tutto per un paio di minuti.



- 2 Unite all'intingolo una foglia d'alloro, un cucchiaino di semi di cumino e il peperoncino pestato.



3 Aggiungetevi il riso e rimestate finché divenga trasparente; alla fine unire la polpa spezzettata dei pomodori, tre bicchieri d'acqua e sale.





- 4 Lasciate cuocere il composto per 1/4 d'ora, ben coperto, rimestandolo di tanto in tanto; alla fine unite i piselli cotti, rimestate e spegnete il fuoco, coprite e fate riposare per 5 minuti.



- 5 Servite caldo, con formaggio grattugiato.