

SECONDI PIATTI

Gulasch alla tirolese con polenta

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#) / [Trentino-Alto Adige](#)

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [bassa](#) PREPARAZIONE: [20 min](#) COTTURA: [70 min](#) COSTO: [basso](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [molto facile](#)



Il **gulasch alla tirolese** è un [secondo piatto](#) tipico della **cucina del nord Italia**. La ricetta originale prevede di cuocere uno [spezzatino](#) di manzo speziato e insaporito con paprika, cipolla e altre spezie. Il gulasch alla tirolese viene spesso servito con contorni come la [polenta](#), le patate o la pasta.

La ricetta del gulasch alla tirolese prevede la cottura lenta della carne con le spezie, creando un piatto dal sapore intenso e avvolgente. La polenta, come vedi nella nostra ricetta, si presta molto bene a raccogliere il delizioso sugo del gulasch.

Segui la nostra ricetta con passo passo fotografico per cucinare e portare in tavola un delizioso, caldo e

fumante piatto di gulasch di manzo, soprattutto quando fuori fa freddo e hai bisogno di un pasto riconciliante.

Ecco altre ricette che potrebbero piacerti:

[Salsiccia e friarielli](#)

[Pasta alla zozzona](#)

[Tagliata di manzo](#)

[Pulled pork](#)

[Spezzatino di vitello](#)

INGREDIENTI PER IL GULASCH

CARNE DI MANZO 1 kg

PANCETTA (TESA) 50 gr

CIPOLLE 2

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4
cucchiari da tavola

PAPRICA 2 cucchiari da tavola

SPICCHIO DI AGLIO 1

MAGGIORANA 1 pizzico

CUMINO 1 cucchiaino da tè

INGREDIENTI PER LA POLENTA

ACQUA 2 l

FARINA DI MAIS BRAMATA 300 gr

SALE GROSSO 1 cucchiaino da tavola

PREPARAZIONE

- 1 Per fare il **gulasch alla tirolese** rosola nell'olio le cipolle finemente tritate, aggiungi la paprica, la carne tagliata a dadi, il sale e un po' d'acqua, fai cuocere per circa 30 minuti o fino a che l'acqua non si sarà asciugata.





2 Aggiungi, quindi, un composto di cumino, aglio e maggiorana finemente tritati, infine unisci anche i dadi di pancetta, se serve aggiungi anche un po' di acqua calda, incoperchia il tegame e cuoci per almeno un'ora a fuoco basso fino a che tutti gli ingredienti non saranno teneri.





PREPARAZIONE DELLA POLENTA

- 1** Mentre il gulasch alla tirolese cuoce su fuoco dolce, prepara una semplice polenta, procedi in questo modo: metti 2 litri di acqua fresca sul fuoco, quando è ancora fredda versaci un cucchiaino di sale grosso e 300 g. di farina di mais bramata.
- 2** Mescola fino a che non vedrai comparire le prime bolle in superficie, da questo punto in poi la polenta è cotta, ogni minuto in più servirà a farla diventare un po' più densa, quindi decidi tu quando smettere di girare e spengere il fuoco.
- 3** Quando il gulasch alla tirolese è pronto, servilo caldo e con la polenta fumante.