

SECONDI PIATTI

Hassa

di: *Cookaround*

LUOGO: *Africa / Libia*

DOSI PER: *4 persone* DIFFICOLTÀ: *bassa* PREPARAZIONE: *15 min* COTTURA: *20 min* COSTO: *medio*

REPERIBILITÀ ALIMENTI: *facile*



INGREDIENTI

AGNELLO oppure manzo - 1 kg
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) ¼
tazze
PASSATA DI POMODORO 1 tazza
SPICCHIO DI AGLIO 4
CONCENTRATO DI POMODORO 1
cucchiaino da tavola
FARINA 3 cucchiaini da tavola
PEPERONCINO IN POLVERE
SALE
CURCUMA MACINATA
PEPERONCINO VERDE
CORIANDOLO
BASILICO
MENTA
LIMONE 1

PREPARAZIONE

1 Tagliate la carne a pezzetti, rosolatela in una padella con un cucchiaio d'olio.

Una volta ben rosolata la carne, toglietela dalla padella

Nella stessa padella utilizzata per la cottura della carne, versate la pasta di pomodoro, la passata di pomodoro e le spezie.

Aggiungete 1/2 cucchiaio del misto di cilantro, basilico, menta e aglio affettato.

Lasciate sobbollire per circa 10 minuti aggiungendo 1/4 di tazza d'acqua se necessario. Aggiungete circa 3 tazze d'acqua, pepe fresco e portate ad ebollizione.

Rimettete la carne nella padella insieme al sugo.

Sciogliete la farina in circa una tazza d'acqua e incorporate il tutto nella salsa sul fuoco, mescolando costantemente fino a che si addensi.

Lasciate bollire per 5 minuti. Infine aggiungete il succo di limone, quindi servite caldo.