

SECONDI PIATTI

## Manzo stufato con erbe

LUOGO: Sud America / Perù

DOSI PER: 4 persone    DIFFICOLTÀ: molto bassa    REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile



### INGREDIENTI

- ¾ tazza di aceto di vino bianco
- 1 cucchiaio di cumino
- 3 peperoncini senza semi e sminuzzati
- 4 cucchiai d'olio d'oliva
- ½ tazza di acqua
- sale a piacere 2kg di spalla o di girello tagliato a cubi
- 4 cipolle gialle sbucciate e tagliate in quarti
- 1 mazzetto di menta fresca
- 1 mazzetto di timo fresco
- 1 mazzetto di rosmarino fresco
- 1 mazzetto di origano fresco
- 1 mazzetto di prezzemolo fresco
- 1 mazzetto di cilantro fresco
- 6 patate dolci e sale a piacere

# PREPARAZIONE

**1** Frullate l'aceto, il cumino, i peperoncini, l'olio e l'acqua, quindi salate.

Mettete la carne in cubi in una grossa ciotola e versateci il composto d'aceto in modo tale che la carne ne sia ricoperta completamente.

Coprite la ciotola e lasciate in frigorifero a marinare per una notte.

Scaldate il forno a 190°C.

Disponete le cipolle in una teglia creando uno strato solo e cospargetele di erbe fresche, quindi aggiungete la carne con la marinata.

Coprite e cuocete in forno, mescolando occasionalmente, fino a che la carne si presenti tenera (circa 2-3 ore).

Nel frattempo, pulite le patate e disponetele in un'altra teglia, salatele, coprite la teglia e infornate fino a che si presentino tenere (circa 1 ora).

Rimuovete l'huatia e le patate dal forno.

Ora, assemblate il piatto versando nei piatti la carne e le patate, quindi buttate le erbe aromatiche e versate un po' del liquido di cottura sopra la carne e servite il piatto in tavola.