

ZUPPE E MINESTRE

Minestra di manzo

LUOGO: *Asia / Corea del Sud*

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



INGREDIENTI

- ½ tazza di funghi affettati
- 3 cipollotti affettati finemente
- 2 spicchi d'aglio tritati
- 220 g di polpa di manzo tritata
- 1 cucchiaio d'olio
- 6 tazze d'acqua
- 4 cucchiaini di salsa di soia
- sale a piacere
- 1 e ½ cucchiaini di pasta di semi di soia.

PREPARAZIONE

- 1 Riunite in una ciotola i funghi, le cipolle, l'aglio, la polpa di manzo; mescolate bene. Scaldate l'olio in una padella a bordi alti, unitevi il composto appena preparato, fatelo soffriggere. Unite l'acqua, la salsa di soia, sale in quantità a piacere, la pasta di semi di sesamo; portate a bollore, diminuite la fiamma e cuocete a calore dolce finché la carne è tenera. Intanto preparate le polpettine seguenti:

per le polpettine: $\frac{1}{4}$ di tazza di formaggio di soia, 1 cucchiaino di pasta di semi di sesamo, 1 spicchio d'aglio tritato, 1 cipollotto tritato, 1 cucchiaino d'olio, 220 g di polpa di manzo tritata, 2 cucchiaini di salsa di soia, sale a piacere, un pizzico di pepe nero macinato, $\frac{1}{4}$ di tazza di farina, 2 uova leggermente battute, olio.

Riunite in una ciotola tutti gli ingredienti tranne gli ultimi tre, mescolate bene, con il composto formate polpette molto piccole; infarinatele, passatele nell'uovo battuto, friggetele in olio. Mettetele da parte. Ungete e scaldate in una padella da frittura, versatevi quel che è rimasto delle uova battute e senza mescolare cuocete dalle due parti; otterrete una specie di frittatina sottile, che taglierete in piccole striscioline. Mettete da parte. Scolate dalla minestra la polpa di manzo ormai tenera. Mettetela da parte. Portate a bollore la minestra, e mantenendola in ebollizione fatevi cadere una per volta le polpettine; cuocetele per 10-15 minuti. Al momento di servire, distribuite le polpettine in piatti fondi individuali, versateli sopra la minestra (dopo avervi rimesso, e fatto leggermente riscaldare, la polpa tritata); guarnite in superficie con le listarelle di frittata.