

SECONDI PIATTI

Sorpotel

LUOGO: Africa / Tanzania

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



1/2KG DI FEGATO, 1/2KG DI MANZO (LA LINGUA SE DISPONIBILE), 1/2 KG DI MAIALE, 1 CUCCHIAINO DI SEMI DI CUMINO, 1 CUCCHIAINO DI GRANI DI PEPE NERO, 1 CUCCHIAINO DI CANNELLA, 4 CHIODI DI GAROFANO, 1 CUCCHIAINO DI SEMI DI CORIANDOLO, 1 CUCCHIAINO DI CURCUMA, 8-12 PEPERONCINI PICCANTI ESSICCATI, 3 CIPOLLE MEDIE TRITATE FINEMENTE, UN PEZZO DI 4CM DI ZENZERO GRATTUGIATO, 1 TESTA INTERA DI AGLIO PULITO E SMINUZZATOTRITO

1 cucchiaio di pasta di tamarindo

1/4 tazza di aceto

PREPARAZIONE

1 Mettete la carne in una casseruola e copritela con dell'acqua. Portate ad ebollizione e cuocete fino a che la carne diventi tenera quindi rimuovete dal fuoco. Fate raffreddare e conservate l'acqua di cottura. Una volta che la carne si è raffreddata a sufficienza da poterla maneggiare, tagliatela in cubetti da 1cm.

Mettete il cumino, il pepe, la cannella, i chiodi di garofano, la curcuma e i peperoncini in un tritatutto o utilizzate il mortaio e il pestello. Macinate questi ingredienti insieme, aggiungete il tamarindo e aceto sufficiente per creare una pasta.

Friggete le cipolle, l'aglio e lo zenzero in una grossa casseruola. Quando le cipolle diventano morbide, incorporate la pasta di spezie appena ottenuta. Continuate a cuocere fino a che le cipolle e le spezie siano ben amalgamate. Aggiungete la carne e l'aceto rimanente e sobbollite per almeno 1 ora.