

SECONDI PIATTI

# Spezzatino Contadino

---

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone    DIFFICOLTÀ: bassa    PREPARAZIONE: 10 min    COTTURA: 80 min    COSTO: medio

REPERIBILITÀ ALIMENTI: media

---



## INGREDIENTI

SPEZZATINO DI MANZO 1 kg  
CAROTE 2  
CIPOLLE 3  
OLIVE VERDI 3 cucchiai da tavola  
CAPPERI 3 cucchiai da tavola  
SEDANO 2 coste  
POMODORO PELATO 500 gr  
ACETO BALSAMICO 20 gr  
PEPERONCINO ROSSO PICCANTE 1  
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4  
cucchiai da tavola  
SALE  
PEPE NERO

## PREPARAZIONE

**1** Scaldate un fondo d'olio in una pentola ed unite le cipolle tagliate grossolanamente.



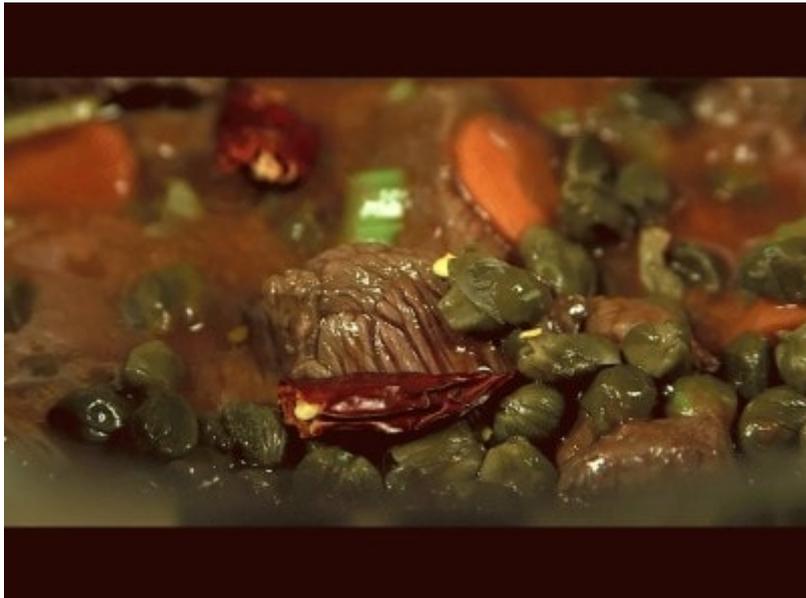
**2** Quando l'olio incomincia a sfrigolare aggiungete la carne tagliata a bocconcini e lasciate rosolare.



**3** A questo punto, unite le carote pulite e tagliate a rondelle e il sedano privato dei filamenti esterni e tagliato a tocchetti.



4 Aggiungete i pomodori pelati, i capperi e il peperoncino e mescolate.



5 Sfumate il tutto con l'aceto balsamico e mescolate. Regolate di sale e di pepe.



**6** Aggiungete tanta acqua da coprire la carne, coprite e lasciate cuocere per almeno 1 ora.



**7** A pochi minuti dal termine della cottura, aggiungete le olive verdi e lasciate insaporire.



8 Servite lo spezzatino ben caldo.

