

SECONDI PIATTI

Tagliata alla contadina

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa COSTO: elevato REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



INGREDIENTI

Filetto di manzo 300 g (inciderlo sia vert.
che orz.)
sale pepe
peperoni
zucchine
melanzane
cipolla
farina
vino bianco.

PREPARAZIONE

1 In una padella aggiungere olio extravergine, fare rosolare delle verdure (peperoni, zucchine, melanzane e della cipolla tagliata molto fine) aggiungere la tagliata avendola passata nella farina leggermente non deve essere molta.
Dopo 10 minuti aggiungere vino bianco coprire il tutto e fare cuocere per 10 minuti si può anche fare al sangue servire con delle verdure già specificate.