

SECONDI PIATTI

Bocconcini di manzo al Barbera con polenta

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: media PREPARAZIONE: 25 min COTTURA: 50 min COSTO: medio

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



INGREDIENTI

800 g di bocconcini di manzo
1 bottiglia di Barbera
1 cipolla
1 carota
1 costa di sedano
1 rametto di salvia
1 rametto di rosmarino
50 g di farina 100 g di polpa di pomodoro
30 g di burro
3-4 cucchiai di olio extravergine di oliva
sale e pepe.

PER LA POLENTA

250 g di farina di mais bramata
1 litro di acqua
1 cucchiaino di olio extravergine di oliva
poco sale.

PREPARAZIONE

1 Infarinate i bocconcini di carne.



2 Mettete la farina rimasta in un bicchiere.



3 A cui unirete mezzo bicchiere di barbera, mescolare bene poco prima di unirlo alla carne.



4 Tritare la cipolla.

In una padella soffriggere la cipolla col burro e un filo d'olio.



5 Appena appassita unite i bocconcini e rosolare da tutte le parti.



6 Salate e pepate la carne unendo i vari aromi tagliati a pezzetti o tritati.



7 Unite a questo punto la farina stemperata in mezzo bicchiere di barbera.



8 Unite un secondo bicchiere abbondante di vino e la polpa di pomodoro.



9 Fate cuocere a fuoco bassissimo per 30-40 minuti.

Per la polenta: in una casseruola fate bollire l'acqua con poco sale quindi unite a pioggia la farina.





10 Unite anche l'olio e mescolare fino a quando non addensa.



11 Nel frattempo la carne sarà pronta.



12 Servite la carne con la polenta.

