

SECONDI PIATTI

Manzo al vino con polenta

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa PREPARAZIONE: 15 min COTTURA: 60 min COSTO: basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



INGREDIENTI

500 g spezzatino di manzo
cipolla
carota
sedano
½ l di vino rosso
1 cucchiaino di salsa di pomodoro
500 g farina di mais
olio extravergine d'oliva
sale e pepe q.b.

PREPARAZIONE

1 Realizzate un trito con cipolla sedano e carota.

Mettete un giro generoso di olio extravergine di oliva in una pentola e rosolate il trito di verdure preparato.

Aggiungere la carne tagliata in pezzi e fatela rosolare bene perchè si sigilli bene, quindi salare, pepare e unire un cucchiaino di passato di pomodoro

Coprire il tutto con il vino rosso e fate cuocere per almeno 1 ora.

Nel frattempo preparate una polenta non troppo morbida con la farina di mais, l'acqua ed il sale: vi servirà come accompagnamento per il manzo.