

SECONDI PIATTI

Stufato di manzo alla catalana

LUOGO: Europa / Spagna

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: media PREPARAZIONE: 20 min COTTURA: 200 min COSTO: medio

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



INGREDIENTI

CARNE DI MANZO 600 gr
LARDO DI MAIALE 100 gr
STRUTTO 50 gr
SPICCHIO DI AGLIO 4
CIPOLLE 2
POMODORI 2
CAROTE 1
VINO ROSSO 1 bicchiere
CIOCCOLATO FONDENTE 30 gr
CANNELLA 1 pizzico
FARINA 15 gr
ALLORO 1 foglia
TIMO 1 rametto
ORIGANO 1 rametto
SEDANO 1 costa
PREZZEMOLO 1 ciuffo
BRODO DI CARNE o acqua - 500 ml
SALE
PEPE NERO

PREPARAZIONE

1 Mettete in una casseruola lo strutto e il lardo tagliato a pezzetti.

Quando il lardo sarà quasi trasparente aggiungete la carne tagliata a fette.



2 Lasciate che la carne rosoli 2-3 minuti o fino a quando abbia cambiato colore in modo uniforme.

A questo punto, unite la farina, il vino, l'aglio, le cipolle tritate, i pomodori tagliati in pezzi, la carota a rondelle, il mazzetto di erbe aromatiche, il cioccolato a scaglie, la cannella, il sale ed il pepe.





3 Bagnate il tutto con l'acqua o con il brodo e lasciate cuocere a pentola coperta per 3 ore a

fuoco dolce.



- 4 Trascorso questo tempo togliete la carne, mettetela in un'altra casseruola pulita, copritela con la salsa passata al setaccio e fate cuocere ancora una decina di minuti.





5 Servite caldissimo.