



CARNE

Lesso rifatto



4 PORZIONI



DIFFICOLTÀ



COSTO

TEMPO DI PREPARAZIONE
15 MINTEMPO DI COTTURA
45 MINCALORIE
330K

NOTE

INGREDIENTI

500 g di Lesso di manzo disossato

500 g di Cipolle rosse

300 g di Pomodori pelati

1 cucchiaio di Farina 0

Brodo vegetale

Salvia fresca

4 cucchiaini di Olio extravergine di oliva

Sale

Pepe

Preparazione

- Pulite e tagliate le cipolle grossolanamente.
- Mettetele in una casseruola capiente, possibilmente antiaderente, con l'olio, qualche fogliolina di salvia, un po' di sale e di pepe.
- Cospargete il tutto con la farina e, appena cominceranno a prendere colore, unite i pomodori. Portate a bollire e lasciate cuocere a fiamma dolce per circa un quarto d'ora.

- Intanto tagliate il lesso a pezzi e aggiungeteli alle cipolle.
- Coprite e fate cuocere a fuoco lento girando ogni tanto per circa mezzora. Se necessario, bagnate con brodo o acqua calda per terminare la cottura.
- Servite il lesso ben caldo accompagnato da patate e carote lesse cosparse di prezzemolo tritato.

Cristina Checcacci