

Febbraio 2015

Guida Cucina

OGNI GIORNO UN MENU DIVERSO

SOLO
0,90
euro

93
RICETTE
facili e
irresistibili

Fantasia di
frittelle pag. 64

CONDOTTORI Anno 6 - Mensile - febbraio 2015 - Periodico per la Svizzera - Svizzera CH CH 3.50 CHF



IMPARA CON NOI
GNOCCHI RIPIENI
AL RAGÙ pag. 27



FRITTELLE PER TUTTI I GUSTI

+ **speciale cioccolato** torte,
dolcetti e golosità al cucchiaino

(lunedì 16 febbraio)

X PRENDETE NOTA

Per uno spezzatino di vitello particolarmente tenero scegliete carne non troppo magra. Tra i tagli migliori ci sono il reale, la punta di petto e la spalla. Tagliate la carne a cubotti di 2-3 cm di lato.

LE RICETTE PASSO PER PASSO

Spezzatino con la verza

Facile / 1 h / per 4 pers.

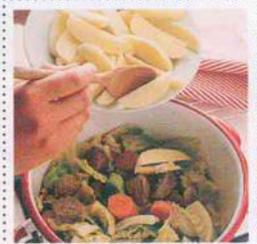
600 g di spezzatino di vitello · 1 piccola verza · 3 carote · 3 porri · 400 g di patate · 1 cipolla · 1 ciuffo di prezzemolo · timo · brodo (anche granulare) · 20 g di burro · olio extravergine d'oliva · sale · pepe



1 Pulite tutte le verdure: eliminate le radici e la parte verde dei porri, raschiate le carote, private la verza delle foglie esterne e sbucciate le patate. Lavate tutto, poi riducete i porri a tronchetti, le carote a rondelle, la verza a pezzetti e le patate a spicchi. Scaldate in una casseruola 4 cucchiai d'olio con il burro e soffriggetevi la cipolla sbucciata e tritata fine.



2 Aggiungete la carne, salate, pepate e cuocete a fuoco vivo per 5'. Quindi, bagnate con 1 mestolo di brodo e unite le carote, i porri e la verza. Mescolate e cuocete lo spezzatino per circa 30', a fuoco basso, aggiungendo qualche mestolo di brodo, se necessario.



3 Unite le patate insieme con 1 pizzico di timo e 1 presa di sale. Cuocete ancora per 30', mescolando spesso. Trasferite lo spezzatino su un piatto di portata, cospargetelo con il prezzemolo lavato e tritato e servite subito.

**IL PRODOTTO GIUSTO**

● **Patate Selenella** (a partire da 1,99 € al kg). Ideali per questa e altre ricette, sono patate 100% italiane, garantite dal Consorzio Patata Italiana di Qualità durante tutto il processo produttivo.