

Maggio 2014

# Guida Cucina

OGNI GIORNO UN MENU DIVERSO

SOLO  
**0,70**  
euro

**CON GLI  
ASPARAGI**  
antipasti,  
primi e  
secondi  
squisiti

Involtini  
di prosciutto  
pag. 13



**IMPARA CON NOI  
CROSTATA  
AI TRE COLORI**  
pag. 58



**95 RICETTE  
DI STAGIONE**  
facili e gustose

+ **le schede supersprint**  
da staccare e conservare

## LE RICETTE PASSO PER PASSO

## Spezzatino all'ortolana

Facile / 1 h e 30' / per 4 pers.

700 g di spezzatino di vitellone · 2 patate medie · 300 g di piselli con il baccello · 8 asparagi · maggiorana · 1 cipolla bianca · brodo (anche granulare) · burro · olio extravergine d'oliva · sale · pepe



**1 Sbucciate** e affettate sottile la cipolla, poi appassitela in una casseruola con 3 cucchiaini d'olio e 1 noce di burro. Unite lo spezzatino e rosolatelo, mescolando spesso con un cucchiaino di legno. Dopo 10' salate, pepate e bagnate con 1 mestolo di brodo caldo. Cuocete a fuoco basso e coperto per almeno 1 h aggiungendo, quando occorre, ancora un po' di brodo caldo.



**2 Nel frattempo** sbucciate e lavate le patate; pulite gli asparagi, eliminando l'estremità bianca più fibrosa. Riducete entrambe le verdure a tocchetti. Sgranate i piselli e sciacquateli.



**3 Aggiungete** le verdure preparate alla carne, regolate di sale, profumate con 1 presa di maggiorana, coprite e cuocete per circa 20', mescolando ogni tanto e bagnando, se occorre, con brodo caldo. Guarnite con ciuffetti di maggiorana e servite subito.



### IL PRODOTTO GIUSTO

• **Patate novelle Selenella** (1,5 kg, circa 2 €). Con polpa a pasta gialla, soda e granulosità fine, hanno una consistenza maggiore rispetto alle patate tradizionali che le rende ideali per questa preparazione.