

Carne alla pizzaiola

La **carne alla pizzaiola** è un secondo piatto diffuso praticamente in tutta Italia, anche se le sue origini sono partenopee e si rifanno alla pizza. Si tratta infatti di carne cotta nel sugo con aglio e origano, gli stessi ingredienti della pizza marinara. La mia nonna e la mia mamma napoletana cucinavano una pizzaiola così buona che in genere tutta la famiglia accorreva per gustarsela, fino all'ultima goccia di sugo :-)

La **carne alla pizzaiola** si prepara con fettine sottili di vitello, manzo o vitellone. La cottura della carne deve essere molto breve ed è essenziale scegliere il taglio giusto, per evitare che la carne diventi dura e secca. Come diceva la mia mamma, va messa, girata ed è pronta. Per questo sono meglio fettine prese dal quarto posteriore, come ad esempio di fesa o girello. C'è anche chi prepara la pizzaiola con una cottura più lunga, utilizzando fette più spesse ricche di connettivo. Io preferisco questa versione della ricetta, provatela anche voi!



INFORMAZIONI

- 2 persone
- **400Kcal** a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **30 minuti**
- ricetta **light**

INGREDIENTI

- 400 g di pomodori pelati in scatola
- 240 g di fettine di vitello o manzo per pizzaiola
- 2 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- 2 spicchi di aglio
- Sale
- Pepe nero macinato al momento
- Origano

PREPARAZIONE

- Spezzettare grossolanamente i pomodori pelati. Preferire i San Marzano IGP, che hanno un sapore e una consistenza unici.
- Scegliere una padella abbastanza grande da contenere le fettine di carne stese.
- Mettere nella padella l'olio, l'aglio spellato e portarla sul fuoco.
- Far dorare l'aglio a fiamma media, quindi toglierlo.
- Unire il pomodoro a pezzi, un pizzico di sale, una generosa macinata di pepe, abbondante origano e cuocere per una decina di minuti. Il sughetto deve restringersi un pochino.
- Trascorso il tempo indicato unire le fettine di carne, salarle, coprirle con qualche cucchiainata di sugo, e lasciarle cuocere uno-due minuti per lato, non di più. Devono essere belle tenere.
- Spegnerle e servire con un filo d'olio a crudo.

STAGIONE

Ricetta per tutte le stagioni

AUTORE

Ricetta realizzata da Barbara Farinelli. Fotografia di Giovanni Caprilli. Tutti i diritti riservati.