

Straccetti di vitello alle verdure

INFORMAZIONI

- 2 persone
- **370Kcal** a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **20 minuti**
- ricetta **light**

INGREDIENTI

- 100 g di Cipolline in agrodolce
- 100 g di carciofini sott'olio
- 8 olive nere tipo Kalamata
- 4 rametti di prezzemolo
- 2 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- 2 spicchi di aglio
- 300 g di straccetti di vitello
- Sale
- Pepe nero macinato al momento



PREPARAZIONE

- Scolare le cipolline ed i carciofini dal loro liquido di governo.
- Scolare le olive e snocciolarle.
- Lavare il prezzemolo, selezionarne le foglie e tritarle finemente con la mezzaluna su un tagliere.
- In una padella mettere l'olio e l'aglio spellato. Accendere il fuoco e farlo uniformemente colorire, quindi aggiungere la carne. Farla saltare a fiamma vivace per qualche minuto finché avrà preso colore, quindi togliere l'aglio.
- Unire cipolline, carciofini, olive ed un cucchiaino di prezzemolo tritato.
- Proseguire la cottura per 4-5 minuti saltando o girando con un cucchiaio di legno.
- Regolare di sale, unire una macinata di pepe e servire decorando con il restante prezzemolo tritato.

STAGIONE

Gennaio, febbraio, marzo, dicembre

AUTORE

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