

SECONDI DI CARNE

Lonza con verdure

DOSI

4 persone

PREPARAZIONE

20 min

COTTURA

1 h 45 min

■ Ingredienti per 4 persone

Lonza di maiale	600 g
Olio d'oliva	4 cucchiaini
Carotine novelle	6
Piselli sgranati	150 g
Fave sgranate	150 g
Cipolla piccola	1
Porro	1
Zucchine piccole	2
Fagiolini	300 g
Aglione	1 spicchio
Vino bianco secco	1 bicchiere
Sale	

■ Preparazione

- 1 Dividete la carne a dadi di 2 o 3 cm di lato. Pulite i fagiolini e tagliateli in 2 o 3 pezzi. Lavate le zucchine e sbucciate 5 carote, poi tagliate entrambe le verdure a bastoncini.
- 2 Tritate insieme la cipolla, la carota rimasta, la parte bianca del porro e l'aglio sbucciati. Scaldate l'olio in una casseruola e fatevi dorare bene la carne, su tutti i lati, a fuoco vivace.
- 3 Abbassate quindi la fiamma e unite le verdure tritate. Soffriggete il tutto per circa 5 minuti, quindi sfumate con il vino bianco. Lasciate evaporare quasi del tutto poi bagnate con mezzo litro di acqua.
- 4 Fate cuocere per un'ora e 10 minuti a fuoco bassissimo. Unite tutte le verdure preparate e aggiungete eventualmente altra acqua calda. Salate e prolungate la cottura per altri 20 minuti. Servite ben caldo con contorno di patate lesse.