



Spezzatino di Manzo al Cioccolato

Ricetta un pò **particolare** dello **spezzatino** di manzo, ma **facile** da preparare, per il taglio consiglio di usare un **cappello del prete** oppure in molti negozi si trovano già confezioni pronte per lo spezzatino. I **tempi** di cottura possono **variare** dal **tipo** di carne, dalla grandezza del **taglio** e dalla **quantità** che si cucina, quindi consiglio di controllare sempre bene la **cottura**. **Cioccolato** usate un fondente almeno al **72%**.



4
Porzioni



15 min.
Preparazione



35 min.
Cottura

Ingredienti

400 GR	CARNE DI MANZO
100 GR	CIOCCOLATO FONDENTE
50 GR	SOFFRITTO
Q.B.	FARINA
Q.B.	SALE E OLIO EXTRA VERGINE

Procedimento

1

PRENDI LA CARNE DI MANZO E TAGLIA LA A PEZZETTONI SE NON GIÀ PRONTA E PASSALA NELLA FARINA

2

IN UNA PENTOLA METTI L'OLIO E IL SOFFRITTO E FAI APPASSIRE LE VERDURE, AGGIUNGI LA CARNE E FAI ROSOLARE PER BENE, QUANDO LA CARNE RISULTA BELLA DORATA AGGIUNGI ACQUA A COPRIRE LA CARNE, PORTA A BOLLIRE, COPRI E METTI IL FUOCO AL MINIMO E LASCIA CUOCERE PER 20 - 25 MINUTI

3

QUANDO LA CARNE SARÀ PRONTA, AGGIUNGI IL CIOCCOLATO, MESCOLA BENE PER FARLO SCIOGLIERE E SERVI.

Informazioni Nutrizionali

per porzione

CALORIE	PROTEINE	CARBOIDRATI	GRASSI
270	23,60 gr	7,89 gr	14,51 gr