

CANNAMELA

Gulasch



Ingredienti

- 800g polpa di manzo a dadoni
- 400g cipolle tritate
- 20g concentrato di pomodoro
- 2 cucchiaini paprika forte CANNAMELA
- qb sale
- 20g olio extravergine di oliva
- 5g fecola di patate
- 1/2 cucchiaino pepe nero macinato CANNAMELA

- 600g patate



Porzioni
6 persone



Portata
Secondo



Tempo
25 minuti



Difficoltà
Facile



Cottura
In
casseruola



Kcal per
persona
288*

* Calorie calcolate da Quadò Editrice Srl (software Easydiet aggiornamento 2007)

I nostri partner

DOLCI CUCINA



Preparazione

- 1 Rosolare le cipolle in olio fino a dorarle.
- 2 Aggiungere la carne e il concentrato di pomodoro.
- 3 Rosolare bene a fuoco vivo e condire con la paprika forte CANNAMELA e il sale.
- 4 Coprire con acqua, aggiungere mezzo cucchiaino di pepe nero macinato CANNAMELA e lasciare cuocere per 2 ore.
- 5 Dopo 60 min di cottura, unire alla carne le patate pelate e tagliate a grossi tocchetti.
- 6 Dieci minuti prima della fine della cottura, se gradito, addensare il fondo di cottura con la fecola di patate.
- 7 Un suggerimento : se volete conferire note meno intense alla vostra preparazione sostituite la paprika forte Cannamela con la stessa quantità di paprika dolce Cannamela.