

# CANNAMELA

## Tajine di manzo con uvetta



### Ingredienti

- 850/900g polpa di manzo
- 100g uvetta sultanina
- 70g mandorle intere
- 220g cipolle
- 2 spicchi d'aglio
- 5g Spezie per Tajine CANNAMELA
- 20g olio di oliva
- 250g pomodori
- qb sale



Porzioni  
4 persone



Portata  
Secondo



Tempo  
25 minuti



Difficoltà  
Media



Cottura  
In  
casseruola



Kcal per  
persona  
492\*

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

I nostri partner

**DOLCI CUCINA**



# Preparazione

- 1** Lasciate rinvenire l'uvetta in acqua.
- 2** In una casseruola rosolate nell'olio le cipolle tritate con l'aglio.
- 3** Unite la carne a pezzetti, 5 g di Spezie per Tajine CANNAMELA e il sale.
- 4** Dorate uniformemente, poi coprite con acqua e lasciate sobbollire piano su fiamma bassa per circa 60 minuti. Unite altra acqua se il fondo di cottura non dovesse ricoprire la carne.
- 5** Quando la carne sarà cotta, aggiungete l'uvetta, le mandorle e i pomodori a cubetti.
- 6** Proseguite la cottura per 15 minuti per far ridurre il fondo di cottura, poi servite.