

Bocconcini di vitello con pomodoro, capperi e origano



Ingredienti (per 1 porzione)

120 g di fesa di vitello in un unico pezzo
10 g di cipolla bianca
4 cucchiaini di polpa di pomodoro
1 cucchiaio di olio extra vergine di oliva Bio, Logico Despar
1 cucchiaio di capperi sotto sale
1 cucchiaino di origano secco Despar
1 pizzico di sale
1 pizzico di pepe nero

Procedimento

1. Taglio per prima cosa la fesa a piccoli dadini regolari di circa 2 cm di lato, poi trito finissimamente la cipolla e la rosolo in una padella antiaderente con l'olio a fiamma vivace per alcuni minuti.
2. Unisco il pomodoro e i capperi precedentemente risciacquati dal sale, alzo la fiamma e porto a bollore il sugo; a questo punto aggiungo i dadini di fesa, mezzo cucchiaino di origano, regolo di sale e pepe e proseguo la cottura a fiamma bassa con il coperchio per circa 10 minuti, mescolando ogni tanto (nel caso il sugo si dovesse asciugare troppo, unisco un po' d'acqua in cottura, gli ultimi minuti alzo la fiamma e tolgo il coperchio per asciugarlo un po').
3. Una volta cotti i bocconcini, li impiatto insieme al sughetto, do un'ultima spolverizzata di origano e servo il tutto caldissimo.