

Tajine di Manzo e verdure

Recentemente mi sono regalato un grosso **Tajine**, dato che ero molto curioso di sperimentare questo metodo di cottura. Il Tajine (ma a volte erroneamente si usa anche il nome al femminile, la Tajine) è in realtà un piatto tipicamente **marocchino** a base di carne o pesce e molte spezie, che prende il nome dal tegame in cui viene cotto. Per estensione quindi, il nome indica proprio **l'oggetto che vedete rappresentato in fotografia**. Si tratta di un tegame di terracotta, con la base a bordo molto spesso e un coperchio a campana, così strutturato per permettere il ritorno verso il basso del vapore che si crea in cottura. In questo modo le carni cuociono molto lentamente rimanendo sempre umide e assorbendo bene le spezie.



Una volta cotta, la pietanza viene servita in tavola direttamente nel tegame, in modo da mantenerlo caldo per molto tempo.

Alcuni modelli di Tajine hanno la punta della campana chiusa, altre (come quella in foto) hanno un piccolo foro, da cui esce parte del vapore (la maggior parte comunque ritorna verso il basso mantenendo l'umidità delle carni).

Quella che prepariamo è una ricetta tradizionale, la Tajine di manzo con verdure.

Ingredienti per 5/6 persone:

- 900 g di spalla di manzo per brasati (in un unico pezzo o in pezzi grossi per spezzatino)
- 5 cucchiaini d'olio di semi (girasole o arachidi)
- 30 gr burro
- 2 cipolle bianche tritate

- 4 spicchi d'aglio tritati o schiacciati
- 1 cucchiaino di zenzero fresco tritato, oppure in polvere
- 1 cucchiaino di cumino
- 1 cucchiaino di curcuma
- 2 cucchiaini di prezzemolo tritato
- 500 g di patate pulite
- 400 g di carote pulite
- 4/5 pomodori di media grandezza
- circa 300 ml di brodo vegetale
- Sale, pepe

Pulire e lavare le verdure e tritare finemente cipolla e aglio separatamente. Tagliare le patate in quarti e le carote a rondelle grosse. Tagliare i pomodori in quarti.

Riscaldare molto bene il tajine sul fuoco, poi rosolare nell'olio e nel burro la carne tagliata a grossi dadi insieme all'aglio. Abbassare la fiamma e aggiungere le cipolle, lo zenzero, il cumino, la curcuma e il prezzemolo. Coprire con il brodo e aggiungere le patate, le carote e i pomodori.



Salare e pepare. Lasciare cuocere per circa 1 ora, aggiungendo ogni tanto un poco di brodo caldo se occorre, e muovendo leggermente la carne se tende ad attaccare. Prima di servire, aggiungete un poco di prezzemolo tritato, e portare il tajine molto caldo direttamente in tavola.

