



## GASTRONOMIA DEL PARAGUAY

### SO'O – IOSOPY \* (Minestra di carne) (per 8 persone)

#### Ingredienti:

900 gr di carne (rossa) tritata di prima qualità (senza aggiunta di carne di maiale o grasso)  
2 cipolle grandi  
1 scatola da 400 gr di pomodori pelati  
1 mazzo grande di prezzemolo  
1 dente d'aglio grande o due piccoli  
olio di mais  
2 cucchiai da minestra ben colmi, non a raso, di farina  
1 litro e ½ di acqua fredda  
sale fino  
origano



#### Preparazione:

Friggere le cipolle tagliate a quadrettino nell'olio.  
Una volta fritte aggiungerele i pomodori schiacciati : lasciar cucinare circa 5 minuti e poi terminare di cucinare aggiungendo mezza tazza di acqua calda.  
Lasciar cucinare ancora alcuni minuti e poi aggiungere un'altra mezza tazza di acqua calda e lasciar cucinare la salsa.  
Una volta cucinata lasciarla raffreddare (aggiungendo un litro di acqua fredda affinché si raffreddi più rapidamente). Questa salsa si farà nella pentola nella quale si cucinerà la minestra.

Mentre si raffredda la salsa : mettere la carne in un terrina con 3 cucchiai ( da minestra) di farina, ben colmi ( non a raso), quindi mescolare bene la farina con la carne aggiungendo mezzo litro di acqua fredda. Tornare a mescolare perfettamente.

Tritare molto bene l'aglio ed il prezzemolo.

Una volta che tutto ciò sia stato preparato e la salsa sia fredda : porre nella pentola contenente la salsa la carne preparata con farina ed acqua e mescolare molto bene.

Se tutto questo preparato di salsa e carne risulta molto spesso : aggiungere un po' di acqua fredda e poi l'aglio ed il prezzemolo tritati mescolando il tutto molto bene.

Quindi mettere al fuoco il tutto mescolando spesso nello stesso senso fino a quando non bolla.

Una volta che bolla molto e forte : versare 2 cucchiaini (da tè) di sale fino ed origano e lasciar bollire a fuoco lento mescolando con un cucchiaino o spatola di legno di tanto in tanto sempre nello stesso senso fino a che l'acqua non si consumi e venga una minestra spessa.

Cucinare a pentola scoperta.

- Popolarmente chiamata, in lingua guarani, Soyo (in italiano : sogio)  
So'ò iosopy,(lingua guarani) significa carne battuta (so'ò = carne e iosopy = battuta)