

EXPERIENCIA

Nome femenino

Coñecemento
circunstancia
cando estás
dunha boa
EXPERIENCIA

GALICIA EXPERIENCIAS DE CALIDADE

Jarrete de Ternera Gallega al Mencía con salteado de manzana y castaña de Galicia

Fácil
150 min.
4 pers.

QUE NECESITO?

1,6 kg de jarrete de Ternera Gallega

2 cebollas picadas

1 zanahoria

1 puerro

4 dientes de ajo

1,5 l caldo de ternera

0,5 l vino Mencía DO Ribeira Sacra

1 cucharada de harina

sal

pimienta

Salpimentar los trozos de jarrete y dorarlos en una sartén. Retirar y, en la misma sartén, añadir las verduras picadas: zanahoria, rehogar hasta que estén doradas. Añadir el caldo de ternera y el vino. Cocinar a fuego lento durante 2-3 minutos. Incorporar la harina, remover y dejarlo reducir hasta la mitad.

Pasar el conjunto a una olla un poco más alta, introducir el caldo de ternera. Hervir suavemente, tapado de 1 hora, hasta que la carne esté bien tierna.

Retirar la carne y cortarla en porciones, colar el zumo y cocinarlo a fuego lento hasta que tenga consistencia espesa de salsa, probar y ajustar el punto de sal.

Para la guarnición, saltear la manzana cortada en daditos en un poco de mantequilla. Cuando esté dorada, añadir el azúcar moreno y dejarla cocinar hasta que esté bien caramelizada.

Presentación: servir el jarrete con el salteado de manzana y castaña de Galicia, acompañado de la salsa bien reducida.

Para la guarnición:

2 manzanas verdes

1 cucharada de mantequilla

12 castañas (IXP Castaña de Galicia) en almíbar ligero

1 cucharada de azúcar moreno