GALICIA
EXPERIENCIAS
DE CALIDADE

EXPERIENCIA
Nome feminino. De lat. experiencia.

Coñecemento da vida adquirido polas circunstancias ou situacións vividas, cando estas experiencias van acompañadas dunha boa mesa, dise que son EXPERIENCIAS DE CALIDADE

XUNTA
DE GALICIA

“Ternera Gallega” al vino tinto con zanahorias glaseadas

Moderada
150 min.
5 pers.

QUE NECESITO?

- 1,5 kg carne de Ternera Gallega para guisar
- 1 botella de vino tinto DO Ribeiro
- 2 cebollas medianas picadas gruesas
- 2 porros picadillos gruesos
- 4 dientes de ajo cortados en dos
- 2 zanahorias picadas gruesas
- 100 g de panceta ahumada cortada en tiras
- 1 hoja de laurel pequeña
- 1 rama de tomillo
- sal y pimienta blanca
- aceite de oliva suave
- ½ litro de caldo de carne

Para la gornición:

- 400 g de zanahorias baby
- mantequilla
- 35 g azúcar moreno

Cortar la carne en tacos grandes, cubrirla con el vino tinto, las verduras picadas y las hierbas. Dejar en este marinado 12 horas en la nevera. Escurrir la carne del marinado y separar el vino de las verduras. Secar la carne con ayuda de papel absorbente y salpimentarla.

Dorar la carne a fuego fuerte con aceite en una olla grande y retirarla. En la misma olla, dorar las verduras del marinado junto con las hierbas y añadir la panceta. Devolver la carne a la olla, añadir el vino del marinado y el caldo de carne. Tapar y estofar al fuego lento durante 1 h 30 minutos aproximadamente, hasta que la carne esté tierna. Dejar reposar un par de horas antes de servir.

Para la guarnición:

Escaldar las zanahorias dos minutos en agua hirviendo y retirar la piel con las manos. En una sartén antiadherente, añadir las zanahorias peladas y una nuez de mantequilla y saltear un poco. Añadir un chorro de agua y una cucharada de azúcar moreno, dar un hervor y seguir salteando hasta que estén tiernas y brillantes (4-5 minutos aprox.).

Presentación:

Servir los tacos de carne junto con las zanahorias glaseadas y la salsa del estofado.