

GALICIA

EXPERIENCIAS

DE CALIDADE

EXPERIENCIA

Nome fem

Coñecemos
circunstan
cando esta
dunha boa
EXPERIENC

“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 y las hierbas. Dejar en este marinado 12 horas. Separar la carne del marinado y separar el vino de las verduras con ayuda de papel absorbente y salpimentarla.

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

Para la guarnición:

Escaldar las zanahorias dos minutos en agua hirviendo. En una sartén antiadherente, añadir las zanahorias con mantequilla y saltear un poco. Añadir un chorrito de azúcar moreno, dar un hervor y seguir salteando hasta que estén brillantes (4-5 minutos aprox.).

Presentación:

Servir los tacos de carne junto con las zanahorias glaseadas y el estofado.