

Costela de Ternera Gallega glasada con ceboliñas ao mel e queixo Cebreiro

Fácil
90 min.
4 pers.

QUE NECESITO?

2 kg de costela de [Ternera Gallega](#) nunha peza

2 cebolas medianas

2 cenorias

3 dentes de allo

0,5 l viño tinto mencía ([DO Valdeorras](#))

1,5 l caldo de tenreira

50 g fariña

aceite de oliva, sal,

pementa negra

Para a gornición:

12 ceboliñas pequenas

3 culleradas de manteiga

0,2 l caldo de tenreira

3 culleradas da [IXP Mel de Galicia](#)

100 g de queixo [DOP Cebreiro](#)

sal, tomiño

Salpementar a costela e dourala nunha pota grande con aceite. Retirar a carne e, na mesma pota, engadir as verduras picadas e refogar ata que estean douradas. Engadir a fariña, remover ben, verter o viño e deixalo reducir ata a metade.

Meter de novo o anaco de costela dentro da pota e cubrir ben co caldo. Asar suavemente, tapado, de 2 horas a 2 horas e media ata que a costela estea ben tenra. Retirar a carne da pota e sacar os osos tirando deles sen que se rompa a carne. Meter a carne desosada na neveira cun peso enriba para prensala ata que arrefría. Cortala en rectángulos ou lingotes.

Coar o líquido de cocción e reduci-lo ata que quede con consistencia de salsa espesa e brillante.

Dourar en aceite os lingotes de costela e engadir a salsa reducida; cocíñar a lume lento 5 minutos, salseando continuamente a carne cunha culler, ata que quede ben cuberta e brillante.

Gornición:

Pelar as ceboliñas, sazonalas e douralas lixeiramente con manteiga nunha tixola, engadir o caldo e ferverlas ata que estean tenras. Engadir o mel e cocer dous minutos máis.

Coroar cada unha cun pouco de queixo Cebreiro e servir acompañando o lingote de costela.