

**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

## “Ternera Gallega” ao viño tinto con cenorias glaseadas

Moderada

150 min.

5 pers.

### QUE NECESITO?

1,5 kg carne de [Ternera Gallega](#) para guisar

1 botella de viño tinto [DO Ribeiro](#)

2 cebolas medianas picadas grosas

2 porros picados grosos

4 dentes de allo cortados en dous

2 cenorias picadas grosas

100 g de touciño entrefebrado afumado cortado en bastóns

1 folla de loureiro pequena

1 rama de tomiño

sal e pementa branca

aceite de oliva suave

½ litro de caldo de carne

### Para la gornición:

400 g de cenorias baby

manteiga

35 g azucre moreno

Cortar a carne en cubos grandes, cubrila co viño tinto, as verduras picadas e as herbas. Deixar neste marinado 12 horas na neveira. Escorrer a carne do marinado e separar o viño das verduras. Secar a carne con axuda de papel absorbente e salpementala.

Dourar a carne a lume forte con aceite nunha pota grande e retirala. Na mesma pota, dourar as verduras do marinado xunto coas herbas e engadir o touciño entrefebrado. Devolver a carne á pota, engadir o viño do marinado e el caldo de carne. Tapar e estofar a lume lento durante 1 h 30 minutos aproximadamente, ata que a carne estea tenra. Deixar repousar un par de horas antes de servir.

### Para a gornición:

Escaldar as cenorias dous minutos en agua fervendo e retirar a pel coas mans. Nunha tixola antiaderente, engadir as cenorias peladas e unha noz de manteiga e saltear un pouco. Engadir un chorro de auga e unha cullerada de azucre moreno, dar un fervor e seguir salteando ata que estean ternas e brillantes (4-5 minutos aprox.).

### Presentación:

Servir os cubos de carne xunto coas cenorias glaseadas e a salsa do estufado.