https://experienciasdecalidade.gal/gl/cousas-ricas/ternera-gallega-ao-vino-tinto-con-cenorias-glaseadas

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” 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 antiadherente, 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.