

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 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.