

# ESTOFADO DE CODORNIZ CON VERDURAS



**Recetízate**  
Las recetas que hablan de ti  
[www.recetizate.com](http://www.recetizate.com)

**Creador:** Juan Neira Dura

**Tiempo:** 1 hora

**Dificultad:** Intermedia

**Tipo de plato:** Segundo plato

**Tipo de cocina:** Normal

**Otros:** Cocina Casera

**Coste:** Medio



**Descripción:**

**Ingredientes para 4 personas :**

- 4 CODORNICES EN CUARTOS
- 2 ZANAHORIAS
- 1 BERENJENA
- 1 CEBOLLA
- 1 PIMIENTO ROJO
- 200 ML de VINO BLANCO
- 1 PIMIENTA NEGRA EN GRANO
- UNAS HOJAS de LAUREL
- 1 ACEITE DE OLIVA
- 1 SAL

**Preparación:**

## Paso 1

PELA LA CEBOLLA, Y PARTELA EN PLUMAS, DESPUNTA LA BERENJENA, LIMPIA EL PIMIENTO Y RASPA LA ZANAHORIA , LAVA LAS 3 VERDURAS, CORTA LA BERENJENA Y EL PIMIENTO EN DADOS Y LAS ZANAHORIAS,

### **Paso 2**

LAVA LAS CODORNICES, SECALAS CON Y SAZONALAS, DORALAS CON 3 CUCHARADAS DE ACEITE 10 MINUTOS Y RETIRALAS SOFRIE LAS CEBOLLA, LOS PIMIENTOS Y LAS ZANAHORIAS EN EL MISMO ACEITE 10 MINUTOS, AGREGA LAS BERENJENAS Y CUECE 5 MINUTOS

### **Paso 3**

INCORPORA DE NUEVO LAS CODORNICES EL LAUREL LAVADO Y UNOS GRANOS DE PIMIENTA RIEGACON EL VINO BLANCO Y CUBRE CON AGUA , CUECE 20 MINUTOS HASTA QUE LAS CODORNICES ESTEN BLANDITAS , AJUSTA DE SAL Y SIRVELAS ENSEGUIDA CON EL JUGO DE COCCION Y LA VERDURA