

Creador: Paz **Recetizador:** Isabel Lorenzo



Tiempo: + de 2 horas

Dificultad: Intermedia

Tipo de plato: Segundo plato

Tipo de cocina: Normal

Otros: Cocina Tradicional

Coste: Medio

El truco de esta receta:

Hay que cocinarla muy lentamente y se recomienda acompañar con el mismo vino con el que se cocinó.

Descripción:

Ingredientes para 8 personas :

- 2 kgs de Carrilleras de ternera
- 4 Cebollas
- 4 Zanahorias
- 2 Puerros
- 8 dientes de Ajo
- 2 vasos de Agua
- 1 botella de 3/4 de Vino tinto Marqués de Cáceres
- harina
- sal
- pimienta negra
- Romero picado
- Aceite de oliva Froiz

Preparación:

Paso 1

Lavar las carrilleras con agua y ponerlas en remojo con medio vaso de vinagre durante 2 minutos. Escurrirlas y retirar la grasa y la telilla que la recubre.

Paso 2

Salpimentarlas, enharinarlas y dorarlas en una sartén con abundante aceite . Reservarlas.

Paso 3

Picar los ajos, las cebollas, las zanahorias y los puerros. En una olla dorar los ajos, a continuación añadir la

cebolla y dejar que se haga un poco, luego incorporar las zanahorias y los puerros, sazonar y rehogar.

Paso 4

Cuando las verduras estén pochadas añadir la pimienta y el romero (al gusto), el agua y el vino tinto. Introducir la carne y cuando empieza a hervir, bajar el fuego al mínimo (Tienen que hacerse muy lentamente).

Paso 5

Cuando la carne este hecha, (se sabe que estan en su punto, cuando se atraviesen sin dificultad con un tenedor) retirarla de la olla y triturar la salsa con la batidora. Servir un trozo de carne y salsearla. El acompañamiento puede ser diverso (patatas, arroz, etc.)