ESTOFADO DE CODORNIZ CON VERDURAS

Recetízate
Las recetas que hablan de ti
www.recetizate.com

Creador: Juan Neira Dura **Recetizador:** tania Segura

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