



<https://www.mepillasquisando.com>



ESTOFADO DEL SALVAJE OESTE



INGREDIENTES:

- 1 Kg. de Carne de Ternera.
- ½ Kg. de Alubias rojas.
- 1 Cebolla.
- 2 Dientes de Ajo.
- 3 Zanahorias.
- 4 Patatas.
- 2 Cucharadas de salsa de Tomate.
- 1 L. de Caldo de Carne.
- 2 Hojas de Laurel.
- Sal y Aceite.

ELABORACIÓN:

El día antes metemos las alubias en agua. Cortamos la carne en dados de unos 2 centímetros de lado, salamos y enharinamos, doramos en un poco de aceite por tandas, de tal forma que no se enfríe el aceite. Una vez dorados los sacamos y reservamos. En este mismo aceite sofreímos la cebolla muy picadita junto con los ajos. Cuando la cebolla se torne transparente, añadimos las zanahorias cortadas en dados, la salsa de tomate y un poco de caldo, para que se despegue lo pegadito de dorar la carne y salamos. Ahora añadimos las alubias y la carne reservada junto con el resto del caldo y las hojas de laurel. Dejamos cocer al 2 horas a fuego bajo. Añadimos las patatas también cortadas en dados y sajudas. Dejamos cociendo hasta que todo esté tierno. De vez en cuando movemos y controlamos el caldo que no le falte.

<https://www.mepillasquisando.com>