



<https://www.mepillasquisando.com>



ESTOFADO DE TERNERA



INGREDIENTES:

- 1 Kg. de Ternera para guisar.
- 1 Cebolla.
- 2 Dientes de Ajo.
- 1 Zanahoria.
- ½ Pimiento verde.
- ½ Pimiento rojo.
- 200 ml. De tomate frito.
- 1 Vaso de Vino tinto.
- 1 hoja de laurel
- Sal y Pimienta.
- Harina

ELABORACIÓN:

Troceamos la carne en dados de unos 2 centímetros, salpimentamos y enharinamos. En una olla ponemos aceite y la doramos, no es necesario que se haga mucho, sacamos y reservamos. En este mismo aceite añadimos las verduras muy picaditas con la zanahoria a rodajas. Rehogamos a fuego lento media hora. Incorporamos el tomate frito, el laurel, la carne reservada y el vino, dejamos que evapore el alcohol. Cubrimos de agua o caldo de carne, rectificamos de sal y dejamos cocinando a fuego lento unas dos horas. Controlamos de vez en cuando que no le falte líquido y que no se pegue. Acompañamos con unas patatas fritas o arroz cocido.

<https://www.mepillasquisando.com>