Ragu de ternera



Ragu de ternera

Hace días que no escribo , el motivo es muy sencillo…hemos hecho un viaje de familia que próximamente publicaré.

Espero que os encontréis muy bien , así que saludos!

¿como hacéis el ragu de ternera? Yo lo preparo con una salsa de zanahoria, cebolla pochada y guisantes. Me gusta que quede jugosa la carne y con un buen fondo para mojar pan.

Así que lo importante es una buena ternera. Habrá que pedirle al carnicero que os elija la parte mas tierna y os la corte a dados grandes.

La vamos a preparar para 4 comensales. Yo las he servido con

patatas fritas paja , pero eso ya es una elección personal.

Ingredientes 4 pax:

– 700 gr de ragu de ternera.

– 1/2 cebolla.

– 3 zanahorias pequeñas.

– 75 gr de guisantes (yo he utilizado congelados, pero los muy tiernos)

– harina para empanar.

– brandy, una tacita de cafe.

– aceite de oliva virgen extra.

– 1 hoja de laurel.

– sal y pimienta negra en grano.

– 1 cucharada de tomate frito.

– pimentón de la vera dulce.

– un vaso de agua.

Preparación:

Paso 1:

Cortamos la cebolla en trozos pequeños y la zanahoria a rodajas. Salamos.

Ponemos a pochar a fuego muy lento en una sartén durante 5 minutos. Reservamos.

Paso 2 :

Limpiamos el ragu por si tuviese algún trozo de grasa y lo salamos.

Lo pasamos por harina y sofreímos en la olla donde vayamos a preparar el ragu.

Solamente estamos marcando la carne por fuera, y que quede cruda por dentro.





Paso 3:

Añadimos la cebolla y la zanahoria que teníamos reservada, una cucharada de tomate, la hoja de laurel, unas bolas de pimienta negra y una cucharadita de pimentón . Removemos unos segundos e incorporamos el brandy , que se evapore un poco y el vaso de agua.



Paso 4:

Tapamos la olla y dejamos hervir a fuego lento. Si es olla rápida estará listo en 10 minutos. Si es olla normal o cazuela de barro, lo ideal es que hierva una hora larga, pero tendréis que añadir agua durante la cocción.

Yo lo he preparado en olla rápida, a los 10 minutos destapo e incorporo los guisantes tiernos directamente congelados y dejo hervir 5 minutos más para que se reduzca la salsa. Rectificamos de sal si procede.

Este guiso está mejor si reposa antes de servir y te aguanta hecho de un día para otro.

En muchas ocasiones preparo más cantidad y congelo para otro día.

Abrazos fuertes.