

## Receta de Carrilladas de Cerdo al Vino de Bandeira

12 Jun 2014



Buenos días a tod@s, para este jueves os dejo una riquísima receta que siempre que la preparo en casa, todos quedamos encantados porque resulta exquisita y además muy buena para la salud ahora que están promocionando el cerdo.

### Ingredientes

- Carrilladas de cerdo (medio o un kg según comensales)
- Cebolla (una mediana)
- Zanahorias (una o dos)
- Ajos (cuatro o cinco dientes)
- Perejil
- Sal y pimienta
- Harina (dos o tres cucharadas)
- Vino de Bandeira (medio o un vaso)
- Avecrem (una pastilla)

### Modo de Preparación

1. Abrir las carrilladas por la mitad y limpiarlas lo gordo si tienen, espolvorear con sal y pimienta
2. Poner aceite de oliva en una sartén o en la freidora si tenéis
3. Pasar las carrilladas por harina y freír unos minutos, reservar en una fuente
4. En una cacerola o en la olla exprés, poner un poco de aceite, picar la cebolla y las zanahorias muy finitas, los ajos y el perejil y refreír bien todo
5. Echar dos o tres cucharadas de harina y cuando esté refrita, echar el vino y remover hasta que evapore
6. Añadir dos o tres vasos de agua, lo necesario para cubrir las carrilladas, echar la pastilla de avecrem, cuando empiece a hervir echar las carrilladas y dejar cocer a fuego medio hasta que estén blanditas, si lo hacéis en la olla, unos treinta minutos y si es rápida pues solo quince.
7. Si la salsa queda clara añadir un poco de maizena disuelta en agua o si está espesa pues más agua, ajustar la sal
8. Podéis acompañar de unas patatas fritas o una ensalada y....buen provecho!!!