

## Receta de Ternera en Salsa con Zanahorias

17 Oct 2014



Buenos días a tod@s, para hoy os dejo esta receta que es una de las formas mas ricas y antiguas de comer la ternera, espero que os guste a tod@s y la preparéis para vuestra familia.

### Ingredientes

- *Carne de ternera (uno o dos kgs según comensales)*
- Aceite de oliva
- Cebolla (una grande)
- Zanahorias (dos o tres)
- Harina (una cucharada)
- Vino blanco (un vasito)
- Laurel (una o dos hojas)
- Ajos (dos o tres dientes)
- Pimentón rojo (una cucharada)
- Caldo de carne (o agua y una pastilla de caldo de carne)

### Modo de Preparación

1. Partir la carne en trocitos y ponerle un poco de sal y pimentón
2. Poner un poco de aceite de oliva en una olla al fuego y cuando esté caliente echar la carne y remover bien
3. Cuando esté bien refrita la carne añadir la cebolla bien picada y la zanahoria en trozos y dejar que se refriera bien todo
4. Añadir una cucharada de harina, el vasito de vino y los ajos bien picaditos y el laurel, remover bien todo
5. Echar un vaso o dos de caldo de carne y si no tenéis, pues poner agua y una o dos pastillas de caldo de carne
6. Poner a cocer en la olla unos treinta minutos a fuego medio, depende de lo tierna que sea la carne
7. Servir en una fuente y regarlo todo con la salsa y.....buen provecho!!!