

## Receta de Carne De Ternera Gobernada

22 Abr 2014



Buenos días a tod@as, Para hoy os dejo esta rica receta de carne gobernada, su nombre se debe a que antiguamente la carne se hacía muy lento al fuego y había que estar muy pendiente para que no se quemara, a esto lo llamaban gobernar la carne y era un plato muy típico en Asturias.

### Ingredientes

- Morcillo o carne de ternera muy tierna y limpia de grasa (un kg. aproximadamente)
- Cebolla (una mediana)
- Ajos (uno o dos dientes)
- Zanahorias (una grande o dos pequeñas)
- Pimiento verde (uno)
- Aceite de oliva
- Brandy (un vasito)
- Sal y pimienta negra

### Modo de Preparación

1. Trocear la carne en cuadraditos no muy grandes, echar sal y pimienta negra
  2. En una sartén con un poco de aceite de oliva, dorar la carne que quede bien sellada
  3. Echar el brandy y dejar que evapore el alcohol unos 2 minutos
  4. Agregar las verduras bien picaditas, la cebolla, el ajo, el pimiento y la zanahoria, todo en crudo
  5. Tapar la sartén o cazuela y cocinar a fuego lento hasta que la carne esté blandita, sobre unas 2 horas aproximadamente, moviendo de vez en cuando para que no se pegue
  6. Pasado el tiempo comprobar que está tierna la carne y ....servir calentito!!!
-