

Receta de Ragut De Ternera Con Zanahorias

22 Abr 2014



Buenos días, para hoy viernes os dejo esta receta que seguro os va a gustar pues es muy fácil de preparar y resulta exquisita, incluso para los más pequeños de la casa.

Ingredientes

- Ragut de ternera troceado (un kg. o dos según comensales)
- Aceite de oliva
- Cebolla (una grande)
- Pimientos verdes (dos o tres)
- Zanahorias (tres o cuatro medianas)
- Ajos (cuatro o seis dientes)
- Tomate frito (un bote pequeño)
- Laurel (dos o tres hojas)
- Pimentón rojo
- Sal
- Pimienta negra
- Avecrem (una o dos pastillas)
- Vino tinto (un vasito)

Modo de Preparación

1. Poner un poco de aceite en la olla y cuando esté caliente echar la carne a refreír, echarla sal, pimentón y el laurel, rehogar bien
2. Picar la cebolla, los pimientos, los ajos y las zanahorias en rodajas y añadir todo a la carne, remover bien y dejar un rato que se refría todo
3. Espolvorear un poco de pimienta negra y añadir el vaso de vino, dejar que se evapore y añadir el bote de tomate frito y la pastilla de avecrem, echar agua hasta que se tape la carne
4. Cuando esté cocinando tapar la olla y mantener con la pesa girando unos 45 minutos a fuego medio (si la olla es rápida pues el tiempo será la mitad)
5. Servir caliente y acompañado de patatas fritas y una ensalada