



HEBRAS DE RABO DE BUEY

INGREDIENTES

(Para 4 personas)

1 Zanahoria

1 Puerro

1 Cebolla

Aceite de oliva suave (para freír)

1 cucharada Harina

1/2 L Vino tinto

1/2 L Agua

1 kg Rabo de buey

Para la guarnición:

40 gr Nueces

40 gr Pasas

40 gr Pipas de calabaza

40 gr Orejones en trozos

20 gr Mantequilla

ELABORACIÓN

Picamos y rehogamos en una cazuela las verduras (zanahoria, puerro y cebolla) con una gota de aceite.

Pasamos el rabo por la harina y lo freímos. Lo añadimos a la cazuela con la verdura. Echamos, también, el vino tinto y dejamos que se haga lentamente hasta que se evapore el alcohol.

Añadimos el agua y lo tapamos. Cocemos en olla a presión durante 50 minutos aproximadamente.

Sacamos el guiso pero dejamos reducir la salsa.

Una vez que está templado el rabo, sacamos las hebras y reservamos.

Calentamos las hebras de rabo con un poco de su salsa.

Salteamos la guarnición (los frutos secos) con la mantequilla y salpimentamos al gusto. Colocamos las hebras en un lado del plato y al otro la guarnición.



PRECIO
ALTO



TIEMPO
70'



DIFICULTAD
8/10



SALUDABLE
7/10