Ternera a la jardinera

Nombre de la receta

Ternera a la jardinera

Tiempo

1.5 Horas

Dificultad

Media

Personas

4

Alérgenos

Sulfito

Descripción

Ragú de ternera con verduras en salsa

Lugar originario de la receta

España

Ingredientes

- 1 Kilo de ternera para estofado
- 1 cebolla
- 3 dientes de ajo
- 4 zanahorias

- 2 puñados de guisantes
- 3 cucharadas soperas de tomate frito
- al gusto de sal
- al gusto de pimienta
- al gusto de tomillo (opcional)
- 2 patatas grandes
- 4 cucharadas soperas de aceite de oliva virgen extra

Pasos

1 Para realizar esta receta, pedimos en la carnicería ragú de ternera o trozos de ternera para estofado. En una sartén amplia ponemos el aceite y cuando esté caliente sellamos la carne, apartamos y reservamos.

2 En la misma sartén añadimos la cebolla y los ajos bien picados. Si se necesita, añadimos un chorrito más de aceite.

3 Cuando la cebolla esté pochada, añadimos la zanahoria pelada y cortada en rodajas. Salamos al gusto y lo pochamos todo.

4 Cuando está pochado lo pasamos todo a la olla exprés (ahorramos tiempo de cocción). A continuación ponemos la ternera y añadimos el tomate frito y el tomillo.

5 Añadimos igualmente el vino y dejamos cocer para que se evapore el alcohol y añadimos agua hasta cubrir bien la carne. Ponemos a hervir y cuando el agua está caliente añadimos los guisante en este caso congelados. Añadimos sal para que se vaya haciendo. Tapamos la olla y cuando empiece a silbar, cocemos de entre 30 a 40 minutos.

6 Mientras está cociendo la ternera, pelamos y cortamos las patatas en cuadros y las freímos en una sartén sin que lleguen a freirse del todo. Cuando podamos abrir la olla exprés vemos que la salsa esté a nuestro gusto y añadimos las patatas. Ya tenemos nuestra ternera a la jardinera preparada para comer.

Observaciones o consejos

La patata se puede echar al conjunto o que cada comensal añada la que quiera a su plato. Si la vamos a consumir al día siguiente, haremos las patatas a la hora de comer.

Autor

Matilde Linares