

Guiso de Ternera con Patatas

Ingredientes:

- TERNERA CRUDA CON GRASAS (600 gr.)
- ZANAHORIA CRUDA (160 gr.)
- CEBOLLA CRUDA (300 gr.)
- PATATA NUEVA CRUDA (680 gr.)
- TOMATE FRITO (100 gr.)
- HARINA DE TRIGO (40 gr.)
- CALDO DE CARNE AVECREM (GALLINA BLANCA) (500 gr.)
- ACEITE DE OLIVA (20 gr.)



Preparación:

En una olla se calienta el aceite y se doran la cebolla picada. Se añaden la carne de ternera troceada en dados continuando a freírla hasta que se doran bien. Espolvoreamos la harina y añadimos un poquito de caldo. Se echa las zanahorias cortadas en tiritas y salpimentamos. Se vierte los tomates fritos y se cubren con caldo dejándolo a hervir al fuego lento durante casi una hora (se compraba de vez en cuando si hay que añadir un poco de caldo para que no se pegue). Añadimos las patatas troceadas y dejamos otros 15 minutos.

Datos de Interés:

Creado por:	marta (martamaritamartuka@hotmail.com)
Categoría:	Carnes
Tratamiento:	HERVIDO
Intensidad:	ALTO
Peso Total:	2200 gr.
Comensales:	4
Tags:	patatas, ternera
Observaciones:	Añadir laurel,clavo,sal y pimienta al gusto.