



- cocina muy sencilla -

0298 RABO DE TORO

INGREDIENTES

- Rabo de toro (1 kg)
- Cebolla (1)
- Puerro (1)
- Zanahoria (2)
- Pimiento rojo (medio)
- Pimiento verde (2)
- Ajo (2)
- Tomate (2)
- Laurel (2 hojas)
- Pimienta negra en grano
- Clavo (2)
- Vino tinto, blanco, fino (suficiente para cubrir)
- Mantequilla (2 trocitos pequeños)
- Brandy (unas gotas)
- Aceite de oliva (50 ml)
- Sal

ELABORACIÓN

Salpimienta la carne, enharínala y dórala en una olla con un poco de aceite de oliva. A fuego 6/10, primero los trozos menudos y después los grandes. Conforme vayan dorándose, sácalos y reservalos en un plato.

En el mismo aceite pochá 10 minutos la verdura: cebolla (pelada y en juliana), Puerro (limpio y en trozos), pimiento rojo y verde (limpios y en trocitos), la zanahoria (pelada y en rodajas) y los ajos pelados y troceados. Pasados los 10 m añade el tomate (pelado y en trozos) y pochá otros dos minutos más.

Introduce la carne en la olla, cubre de vino y añade el laurel, la pimienta, el clavo y tapa la olla. Cuece 2 horas y media a tres horas a fuego lento, depende de la carne, de la olla y de otros factores. Para saber cuando está hecha, saca un trozo y si la carne se despegá fácilmente del hueso es que ya está lista. Saca la carne a una fuente. En olla rápida tardará unos 40 minutos. Tritura la verdura en la misma olla y si es necesario deja que reduzca un poco.

Introduce de nuevo la carne si aún le falta algo de cocción se terminará de hacer.

Cuando la carne esté en su punto, añade un poco de mantequilla que aportará brillo y suavidad a la salsa. También unas gotas de brandy (si gustas).

Sirve el rabo acompañado por su clásica guarnición, las patatas fritas.