elGourmet

Boeuf bourguignon

Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Manteca: 200 g
Zanahoria: 200 g
Harina 0000: 60 grs.
Fondo de res: 500 cc
Vino Tinto: 750 cc
Apio: 200 g
Tomate concasse: 300 g
Bouquet garnie: 1 Unidad
Pimienta Negra en grano: 10 g
Sal y Pimienta: A gusto
Ajo: 1 Diente
Cebolla: 200 g
Roast Beef: 1,600 k

Guarnición

Perejil picado: 50 g
Manteca: 100 g
Arroz: 3 Tazas
Champignones: 250 g
Cebollas grelot: 6 Unidades
Panceta ahumada: 250 g
Cebollas: 2 Unidades
Azucar: 5 grs.
Fondo de res: 200 cc
Sal y pimienta blanca: A gusto

Preparación de la Receta

- Corte las verduras, *zanahoria*, *cebolla* y el *apio* en daditos.
- Corte la carne en cubos de 4cm de lado.
- Coloque el vino tinto en un bowl junto con las verduras y la carne, deje *marinar* en la heladera durante 24 horas.
- Transcurrido el tiempo de maceración retire la carne y las verduras del líquido, reserve el vino.

Guarnición

- Lleve a fuego el fondo de *res* y sazone con sal y pimienta.
- En una sartén caliente con *manteca* saltee la *cebolla* previamente cortada en *brunoise*, sazone con sal, una vez transparente incorpore el *arroz*, cocine sin que tome coloración y hasta lograr que quede totalmente transparente, luego agregue el fondo de *res* caliente, mezcle y una vez que rompa el hervor cubra con papel *manteca* en contacto, retire del fuego y termine la cocción en horno precalentado a 200ºC durante 16 a 18 minutos.
- Coloque las cebollas grelot en una sartén con sal, pimienta blanca, azúcar, *manteca* y fondo de *res* hasta mitad de altura, cubra con papel *manteca* en contacto y cocine a fuego mínimo hasta que el líquido reduzca por completo
- Luego caramelice hasta que las cebollas se doren de todos sus lados.
- En una sartén caliente con *manteca* cocine los champiñones cortados en cuartos sin mover la sartén hasta que comiencen a caramelizar
- Una vez que estén dorados de todas sus caras sazone con sal y pimienta, retire y reserve.
- Lleve una sartén a fuego mínimo e incorpore la *panceta* previamente cortada en lardon, una vez que comience a dorarse retire el exceso de grasa y termine la cocción hasta que se ponga crocante y dorada.

Armado

- En una sartén caliente con *manteca* selle los cubos de carne, una vez sellados todos sus lados retire y reserve.
- En la misma sartén nuevamente agregue *manteca* y una vez fundida incorpore el *tomate concasse*, cocine unos minutos y agregue los vegetales anteriormente marinados, cuando comience a largar liquido agregue la *harina*, mezcle y cocine durante 4 minutos mas, por ultimo incorpore el *ajo* junto con el bouquet garnie, los cubos de carne sellados, sal y pimienta en grano, una vez que la carne tome temperatura incorpore una taza del vino reservado e igual parte de caldo de *res*, una vez que comience a espesar retire, cubra la sartén con papel *manteca* y termine la cocción en horno precalentado a 180ºC durante 2 horas.
- Terminada la cocción retire del horno e incorpore la *panceta* junto con los champiñones y las cebollas grelot, mezcle.

Presentación

- Sirva en un plato una porción de *arroz* pilaf junto con una porción de boeuf bourguignon.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/boeuf-bourguignon-3