elGourmet

Carbonada flamenca

Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Cerveza Rubia: 1 L
Cebollas: 1½ k
Mostaza de Dijon: Cantidad necesaria
Manteca: 1 cda.
Lomo de ternera: 1.2 k
Harina: Cantidad necesaria
Pan Lactal: 8 Rodajas
Vinagre de vino: 30 cc
Sal y Pimienta: A gusto
Azucar rubia: 1 cda.
Aceite De Oliva: 50 cc

Opcional

Tomillo:

Preparación de la Receta

- Limpie el *lomo* y corte en láminas de 1/2 cm.
- En un bowl mezcle la *harina* con sal y pimienta.
- Pase la carne por la *harina*.
- En una sartén caliente con aceite de oliva dore levemente la carne por ambas caras.
- Corte la *cebolla* en pluma
- En una *cacerola* caliente con *manteca* y una cucharada de aceite de oliva rehogue las cebollas a fuego con el *vinagre* de vino y el azúcar bajo durante 30 minutos aproximadamente, remueva de tanto en tanto.
- Elimine la corteza del pan y unte ambas caras con la *mostaza*.

Armado

- En una *cacerola* de bordes altos forme varias capas de *cebolla* y carne.
- La última capa debe ser de *cebolla*.
- Cubra toda la superficie con las rodajas de pan.

- Bañe con la cerveza y cocine en el horno precalentado a 150/160º C durante 2 horas aproximadamente.
- A 15 minutos de finalizada la cocción suba la temperatura del horno a 180º C.
- Retire el pan de la superficie y procese.

Presentación

- Sirva la carbonada en el centro de un plato, acompañe con el pan procesado.
- Decore con *tomillo*.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/carbonada-flamenca