

Colita de cuadril al hilo con Cazuela de zucchini salteado y Salsa de echalottes

Tiempo de preparación: 30 Min



Ingredientes

Cazuela de zucchini salteado con hongos

Champiñones: 20 Unidades

Sal y Pimienta: A gusto

Manteca fría: 1 cdas.

Zucchini: 3 Unidades

Colita de cuadril al hilo

Colita De Cuadril: 1 Unidad

Caldo de verduras: 2 L

Salsa de echalottes

Manteca: 40 g

Echalottes: 4 Unidades

Vino Blanco: 1 Taza

Pimienta Negra: A gusto

Preparación de la Receta

Colita de cuadril al hilo

- Limpie la colita e **cuadril**, luego brídela con hilo y átela a una cuchara de madera, la colita debe quedar separada de la cuchara o sea con un espacio de aproximadamente 15cm.
- En una *cacero* coloque el caldo y una vez que rompa hervor incorpore la colita de *cuadril*, la cuchara de madera debe quedar apoyada sobre el borde de la *cacero*, cocine durante aproximadamente 15 minutos.

Cazuela de zucchini salteado con hongos

- Filetee los champiñones.
- Corte los zuchinis en finas rodajas.
- En una sartén caliente con aceite de oliva saltee los champiñones, condimente con pimienta, sal y por ultimo incorpore la *manteca*, saltee unos minutos y retire.

Salsa de echalottes

- Pele y corte en rodajas los echalottes.
- En una sartén caliente funda la mitad de *manteca*, luego incorpore los echalottes, cocine unos minutos y desglace con vino blanco, sazone con pimienta y una vez que se evapore el alcohol y los echalottes estén tiernos agregue el resto de *manteca*, mezcle y retire.

Armado

- En una placa extienda los champiñones y cúbralos con las rodajas de **zucchini**, sazone con sal y pimienta y humedezca con unas gotas de aceite de oliva, cocine en horno precalentado durante 15 a 20 minutos.
- Terminada la cocción de la colita, quite el hilo y córtela en rodajas.

Presentación

- Sirva en un plato un colchón de cazuela de zuchinis, tres rodajas de colita y salsee con la salsa de *echalotte*.

Tips

-

- Colita de cuadril

- Las carnes rojas son una de las fuentes más ricas en hierro.
- El principal determinante del *color* rojo de la carne es la concentración de mioglobina.

- Hongos

- Son ricos en proteínas, fibras, calcio y vitaminas del grupo B.
- No deben cocinarse en forma prolongada para que no pierdan textura y conserven el perfume y sabor.

Consulta la receta original en

<https://elgourmet.com/recetas/colita-de-cuadril-al-hilo-con-cazuela-de-zucchini-salteado-y-salsa-de-echalottes>