

Lengua de ternera a la plancha con puré de papas y salsa de oporto

Tiempo de preparación: 30 Min



Ingredientes

Cebollas: 2 Unidades

Apio: 3 Ramas

Romero: 2 Ramas

Vinagre de vino: 2 cdas.

Tomillo: 2 Ramas

Laurel: 1 Hoja

Zanahoria: 1 Unidad

Lengua de ternera: 1 Unidad

Guarnición

Manteca: 20 g

Crema de leche: 1/2 Taza

Puerros: 3 Tallos

Sal y pimienta negra: A gusto

Salsa

Vinagre de vino: 1 cda.

Aceite De Oliva: 2 cdas.

Manzana verde: 1 Unidad

Sal y Pimienta: A gusto

Fondo de Carne: 500 cc

Puré de papas: 2 k

Panceta ahumada: 100 g

Cebolla: 1 Unidad

Manteca fría: 1 cdas.

Hojas de Albahaca: 1/2 Paquete

Ajo: 1 Diente

Oporto: 1 Copa

Zanahoria: 1 Unidad

Preparación de la Receta

- Lave la lengua en abundante agua.
- Pele las cebollas y córtelas en cuartos.
- Pele la *zanahoria* y córtela en trozos.
- Corte en bastones los tallos de *apio*.

- En una *cacerola* con abundante agua hirviendo con sal gruesa incorpore la lengua, luego agregue *laurel*, *tomillo* fresco, *romero*, la *cebolla*, *apio* y la *zanahoria*, cocine a fuego medio durante aproximadamente 1 hora, hasta que la lengua este bien tierna. Cuando la lengua rompa el primer hervor incorpore el *vinagre*.

Salsa

- Corte la *panceta* en pequeños cubitos.
- Pele la *cebolla* y córtela en cubos.
- Pele el diente de *ajo* y córtelo groseramente.
- Pele la *zanahoria* y córtela en trozos.
- Corte la *manzana* verde en cubos con piel.
- Corte las hojas de *albahaca* en fina juliana y agréguelas al puré de papas al momento de emplatar.

Guarnición

- Corte los puerros en finas rodajas de forma diagonal.
- En una *cacerola* funda la *manteca*, luego incorpore el *puerro*, condimente con sal y pimienta, cocine a fuego lento durante aproximadamente 15 minutos, por ultimo agregue la *crema* de leche, una vez que rompa hervor retire del fuego y reserve.

Armado

- Terminada la cocción de la lengua déjela entibiar dentro del caldo, y una vez tibia, no fría, pélela y luego córtela en rodajas de aproximadamente 1 ½ cm de ancho.
- En una *cacerola* caliente con aceite de oliva rehogue la *panceta* junto con la *cebolla*, la *zanahoria* y el diente de *ajo*, cuando comience a tomar *color* incorpore la *manzana* verde, el fondo de carne y el **oport**, sazone con sal y deje cocinar durante aproximadamente 20 minutos.
- Transcurrido el tiempo de cocción cuele la salsa, lleve el líquido nuevamente a la *cacerola* y cocine a fuego mínimo hasta que reduzca.
- Terminada la cocción de la salsa incorpore el *vinagre* junto con la *manteca* y mezcle hasta emulsionar, retire del fuego.
- En una sartén caliente con aceite de oliva dore las rodajas de lengua de ambos lados previamente condimentadas con sal y pimienta negra.

Presentación

- Sirva en un plato una porción de de la *guarnición* de puerros, sobre esta acomode tres rodajas de lengua y salsee con la salsa.
- Acompañe con una porción de puré de papas con *albahaca*

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/lengua-de-ternera-a-la-plancha-con-pure-de-papas-y-salsa-de-oporto>