Lengua de ternera braseada



Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Bouquet garnie: 1 Unidad
Cebollas: 2 Unidades
Apio: 2 Tallos
Zanahorias: 2 Unidades
Pimienta Negra en grano: 10 Unidades
Vino Tinto: Cantidad necesaria
Lengua: 1 Unidad
Clavo De Olor: 5 Unidades
Manteca manie: Cantidad necesaria
Aceite: Cantidad necesaria

Guarnición

Manteca: Cantidad necesaria
Sal y Pimienta: A gusto
Zanahorias baby: 8 Unidades
Estragón: 1 Rama
Arvejas frescas: 2 Taza
Azucar: 1 cda.

Preparación de la Receta

- Lave la lengua.
- Pele las cebollas y corte en cubos.
- Pique el *apio* sin las hojas.
- Pele las zanahorias y corte en rodajas.
- Coloque en un bowl la lengua junto con las cebollas, las zanahorias, el *apio*, el bouquet garni, la pimienta y el clavo de olor.
- Cubra con vino tinto y deje *marinar* en la heladera 48 horas.
- Retire la lengua de la *marinada* y seque con un paño.
- Cuele la *marinada* y reserve las verduras y el vino.

Guarnición

- Pele las zanahorias baby.
- En una olla con abundante agua con sal, hierva las zanahorias.

- En una olla coloque las arvejas con agua a nivel junto con la sal, el azúcar, la pimienta, el *estragón* y lleve a hervor hasta que las arvejas estén cocidas
- Incorpore a las arvejas las zanahorias y la *manteca*.

Armado

- En una sartén con aceite caliente, selle la lengua, retire y selle las verduras de la *marinada* reservadas.
- Remoje con el vino de la *marinada*.
- Coloque la lengua en una olla junto con las verduras y el vino a nivel.
- Tape y cocine en el horno a 180°C durante 2 horas.
- Retire la lengua de la olla, pele y corte en rodajas
- Filtre las verduras de cocción de la lengua, coloque en una olla el liquido y forme una salsa
- Agregue *manteca* manie para espesar a gusto.
- Coloque las rodajas de lengua dentro de la salsa.

Presentación

- Sirva en un plato la lengua, acompañe con la *guarnición* y salsee con la salsa

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/lengua-de-ternera-braseada