elGourmet

Moros y Cristianos

Tiempo de preparación: 90 Min

Ingredientes

Agua: 6 Tazas
Comino: 1/2 cdita
Frijoles negros: 500 grs
Orégano: 1/2 cdita
Aceite De Oliva: c/n
Arroz grano largo: 2 Tazas
Laurel: 2 Hojas
Ajo: 2 Dientes
Sal y Pimienta: c/n

Ropa vieja

Azucar: 1/4 cdita
Carne de res: 1 Kilo
Comino en polvo: 1/2 cdita
Morrón Verde: 1/2 unidad
Sal y Pimienta: c/n
Tomate triturado: 1 Lata
Cebolla: 1/2 unidad
Vino Tinto: 1 Taza
Orégano seco: 1/2 cdita
Aceite De Oliva: c/n
Ajo: 2 Unidades

Preparación de la Receta

- Remojar los frijoles por una noche y cocinar en olla con las 6 tazas de agua, un poquito de sal y las hojas de *laurel* hasta que estén tiernos, aproximadamente 30 minutos.
- Colar y reservar 4 tazas de agua de cocción.
- Lavar el *arroz* hasta que salga el agua transparente.
- En una olla con el aceite de oliva *saltear* el *ajo* y la *cebolla* hasta que transparente.
- Agregar el *comino* y el *orégano*.
- Agregar el *arroz*, los frijoles y mezclar.
- Añadir las 4 tazas de agua de cocción de los frijoles, *condimentar* con sal y llevar a hervor.
- Bajar el fuego, tapar y cocinar durante 20 minutos hasta que el agua sea absorbida y el *arroz cocido*.
- Revolver con tenedor y servir caliente con la ropa vieja.

Ropa vieja

- Cortar la carne 4 trozos de tamaño similar.
- Cocinar la carne con la *cebolla*, el trozo de *morrón* verde y el *ajo* en una olla con agua que los cubra hasta que esté muy tierna.
- Colar y cuando esté tibia deshebrar y mezclar con el *comino* y la pimienta.
- Reservar el caldo.
- En una sartén con aceite la *cebolla*, los morrones y el *ajo* por unos minutos.
- Incorporar la carne, agregar el vino y dejar reducir.
- Agregar el resto de los ingredientes y tapar.
- Cocinar a fuego medio durante 30 minutos, debe quedar jugosa la preparación.
- Servir con los moros y cristianos.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/moros-y-cristianos