Osobuco estofado



Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Caldo De Vegetales: 1 L
Queso Parmesano Rallado: 100 g
Aceite De Oliva: Cantidad necesaria
Tomate: 1 Unidad
Caldo de carne: 1 L
Mantequilla fría: 50 g
Harina de maíz precocida: 300 g
Perejil: 5 Ramas
Harina: Cantidad necesaria
Leche: 200 cc
Cebollas blancas: 2 Unidades
Ajo: 3 Dientes
Sal y Pimienta: A gusto
Perejil picado: 1 cda.
Morrón Rojo: 1 Unidad
Cebolla Morada: 2 Unidades
Osobuco con el hueso: 4 Unidades
Puerros: 2 Unidades

Preparación de la Receta

- Pase las piezas de osobuco por *harina*
- En una sartén caliente con aceite de oliva selle el osobuco de ambos lados a fuego máximo.
- Una vez sellados retírelos y agregue una pizca de caldo para levantar el fondo de cocción.
- Pele y corte la *cebolla* morada en cubos.
- Corte el *puerro* en cubos.
- Pele y pique groseramente los dientes de *ajo*.
- Corte el *morrón* rojo en fina juliana.
- Pele y corte las cebollas en juliana.
- Quite las semillas del *tomate* y corte la pulpa en juliana.

Armado

- En una olla caliente con aceite de oliva saltee los cubos de *cebolla* morada, luego de unos minutos de cocción incorpore el *puerro* y el *ajo*, cocine durante 5 minutos y agregue las piezas de osobuco, el fondo de cocción de la sartén y el caldo de carne, perfume con las ramas de *perejil*, tape la olla y cocine a fuego mínimo durante 15 minutos, luego sazone con

sal y pimienta, tape nuevamente y siga la cocción a fuego mínimo durante 3 horas aproximadamente.

- Para el armado de la polenta

- Una vez que el caldo de verduras tome temperatura incorpore la leche y cuando rompa hervor agregue en forma de lluvia la *harina* de maíz precocida mientras bate continuamente, sazone con pimienta negra recién molida y sal, siga mezclando hasta obtener una preparación cremosa, por ultimo incorpore la *mantequilla* fría y el queso parmesano rallado, mezcle y retire del fuego.
- En una sartén caliente con aceite de oliva saltee la *cebolla*, una vez transparente sazone con sal y pimienta, incorpore el *morrón* y luego de unos minutos de cocción agregue el *tomate*, cocine unos minutos, espolvoree con *perejil* picado y retire del fuego.

Presentación

- Sirva la *polenta* en una fuente y coloque encima los vegetales salteados.
- Presente el estofado de osobuco en la olla donde lo cocino.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/osobuco-estofado