Rabo estofado



Tiempo de preparación: 180 Min

Ingredientes

Rabo: 3 kilos
Aceite De Oliva: Cantidad necesaria
Zanahorias: 2 Unidades
Extracto De Tomate: 30 Gramos
Tomates perita en lata: 600 Gramos
Pasas de Uva: 100 Gramos
Sal y Pimienta: A gusto
Brócoli: 1 Unidad
Ajo: 1 Diente
Panceta ahumada feteada: 300 Gramos
Apio: 1 Planta
Cebollas: 2 Unidades
Vino Tinto: 200 Centímetros cúbicos
Caldo: Cantidad necesaria
Cacao en Polvo: Cantidad necesaria
Papas: 1 Kilo
Cascara de limon: A gusto
Alcaparras: 1 Cucharada

Preparación de la Receta

- Cortar el rabo en las vértebras y *dorar* por sus lados con aceite de oliva en una sartén bien amplia de bordes altos.
- Agregar a la cocción *panceta* en trozos grandes y seguir cocinando
- Cortar *apio* de 5 cm de largo y añadir a la sartén.
- Incorporar *zanahoria*, *cebolla* y *puerro* en cubos, *condimentar* con sal, pimienta y seguir cocinando por 5 minutos
- Agregar extracto de tomates, vino tinto, *tomate* en conserva rotos con las manos y cubrir con caldo.
- Tapar con papel aluminio y llevar a horno a 170ªC por 2 horas.
- Destapar agregar las pasas de uva, mezclar y segur cocinando sin tapa para reducir la salsa por 30 minutos.
- *Hervir* las papas en trozos grandes y los brócolis en flores en la misma olla hasta que estén tiernos.
- En una sartén con aceite de oliva *saltear* cascar de *limón* en tiras de 2 cm de ancho, *ajo* fileteado y *alcaparras* por 2 minutos.
- Agregar las papas y los brócolis, sal, aceite de oliva, pimienta y cocinar hasta que se rompan un poco las papas y todo esté bien *cocido* y caliente.

Para el armado

- Servir en una fuente el rabo con su salsa y los vegetales, terminar espolvoreando por encima con cacao amargo.
- Acompañar con las papas y brócolis en otra fuente aparte.

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