

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 170°C por 2 horas.
- Destapar agregar las pasas de uva, mezclar y seguir 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>