

Ternera a la Jardinera



Ingredientes

Cebolla: 1 Unidad

Caldo de carne: c/n

Guisantes: 300 Gramos

Zanahorias: 3 Unidades

Romero fresco: c/n

Ternera troceada: 1 Kilo

Vino Tinto: 1 Vaso

Aceite de oliva extra virgen: c/n

Dientes de Ajos: 2 Unidades

Laurel fresco: c/n

Pimienta: c/n

Sal: c/n

Tomillo fresco: c/n

Preparación de la Receta

- Salpimentar la carne y sellar en una sartén con un poco de aceite
 - Retirar la **ternera** y reservar.
 - Añadir un poco más de aceite y empezar a pochar las verduras
 - Primero la *cebolla* -no es necesario cortarla muy pequeña-.
 - Cortar los ajos a láminas y añadir a la sartén
 - Luego agregar la *zanahoria* cortada en trozos y rehogar un poquito.
 - A continuación, añadir la carne y las hierbas aromáticas -laurel, *tomillo* y romero-.
 - Rehogar un poco todos los ingredientes juntos para que tomen sabor y después añadir el vino tinto
 - Dejar que se evapore el alcohol.
 - Seguidamente, añadir el caldo hasta cubrir la carne
 - *Hervir* alrededor de 30 minutos y, por último, incorporar los guisantes.
 - Dejar *hervir* un par de minutos más y rectificar de sal
 - Retirar del fuego y servir.
-
- Puedes hacer el caldo de carne tú mismo o, en su defecto, reemplazarlo por agua.

Para evitar que el ajo se repita en el sofrito

- Quítale el germen.
- Acompaña esta comida con unas patatas fritas cortadas en cubos y conviértela en un platillo perfecto.

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/ternera-a-la-jardinera>