

Ternera Bañada con Guarulo

Tiempo de preparación: 90 Min



Ingredientes

Guarulo

Clavos De Olor: 2 Unidades
Café diluido en agua: 1 Taza
Vinagre Blanco: 2 cdas

Agua de panela: 1/2 Taza
Canela: 1 Astilla

Guasacaca

Tomate: 1 Unidad
Limón, para su jugo: 1/2 Unidad
Sal: c/n
Yucas hervidas: c/n

Cebolla Morada: 1/2 Unidad
Aguacates: 2 Unidades

Marinado

Cebolla Larga: 5 Tallos
Comino en polvo: 1 cdita
Ajo: 4 Dientes
Pimienta: c/n

Agua: 1 Taza
Lomo de ternera: 1 Kilo
Sal: c/n

Preparación de la Receta

Guarulo

- En una *cacerola*, calentar *café*, agua de *panela*, *vinagre*, canela en rama, clavos de olor y dejar infusionar por unos minutos.

Marinado y cocción de la ternera

- Licuar *cebolla* larga troceada, *ajo*, agua, *comino*, sal y bañar el *lomo* de **ternera** y dejar macerar por 2 horas.
- Llevar a horno a 180 °C hasta obtener el punto deseado -20 minutos aproximadamente-.
- Durante la cocción ir bañando sistemáticamente con el guarulo.
- Al retirar del horno, *dorar* la carne sobre un *grill* y con brocha seguir untando la *ternera* con el guarulo.

Guasacaca

- En un bol, mezclar paltas, *cebolla* roja picada, *tomate* cubeteado sin piel ni semillas, *jugo* de *limón* hasta obtener una pasta.
- *Condimentar* con sal y reservar.

Armado

- Servir trozos de *yuca* hervida, salsa *guasacaca* por encima y cortar el *lomo* en trozos grandes
- Pinchar con palitos de brochettes, colocar en el plato con las yucas y la salsa.

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/ternera-banada-con-guarulo>