



Estofado de ternera

750 g Carne de ternera para guisar o estofar
3 Dientes de ajo partidos en trozos muy pequeños
1 Cebolla dulce mediana partida en juliana fina
100 ml Vino tinto
500 g Tomate troceado en lata
150 ml Caldo de carne
Harina
Laurel
Sal
Pimienta negra molida
Aceite de oliva virgen extra
2 Patatas grandes peladas y troceadas.

- 1- Salpimentamos los filetes de ternera y los pasamos por harina.
- 2- En una sartén con aove sellamos los filetes. Reservamos.
- 3- En la misma sartén pochamos las cebollas y el ajo.
- 4- Cuando estén tiernas añadimos la carne con todo el jugo que hayan soltado. Regamos con el vino y esperamos que evapore el alcohol.
- 5- Añadimos el tomate, el caldo de carne y el laurel. Salpimentamos.
- 6- Cocemos ha fuego suave durante 60-70 minutos por lo menos, hasta que la carne esté tierna.
- 7- Añadimos las patatas y cocemos durante 10-15 minutos hasta que estén tiernas.