

TERNERA GUISADA CON PATATAS



LA TERNERA FORMA PARTE DE LAS CARNES ROJAS. ES MUY RICA EN PROTEINAS Y HIERRO ENTRE OTRAS COSAS.

ACOMPAÑADA DE PATATAS ES UN SEGUNDO PLATO IDEAL.

TERNERA GUISADA CON PATATAS

INGREDIENTES



1Kg CARNE DE TERNERA



2 PATATAS



2 CEBOLLAS



3 DIENTES DE AJO



TOMATE TRITURADO



1L CALDO DE CARNE



ACEITE



SAL Y PIMIENTA

TERNERA GUISADA CON PATATAS

PROCESO DE ELABORACIÓN



1. FREIMOS LA CARNE EN ABUNDANTE ACEITE EN UNA CAZUELA 2 MINUTOS.



3. PASADOS 10 MINUTOS INCORPORAMOS EL TOMATE A LA CAZUELA.



2. SACAMOS LA CARNE. ECHAMOS CEBOLLA, DIENTE DE AJO, SAL Y PIMIENTA EN LA CAZUELA. DEJAMOS POCHAR.



4. PASADOS OTROS 5 MINUTOS INCORPORAMOS LA CARNE DE NUEVO

TERNERA GUISADA CON PATATAS

PROCESO DE ELABORACIÓN



5. ECHAMOS EL CALDO DE CARNE HASTA QUE SE CUBRA TODA LA CARNE.



7. ECHAMOS UNA PATATAS A LA CAZUELA Y DEJAMOS COCINAR OTROS 20 MINUTOS MAS.



6. TAPAMOS LA CAZUELA Y DEJAMOS ENTRE 45 MINUTOS Y 1 HORA QUE SE COCINE TODO.



¡¡ LISTO !!