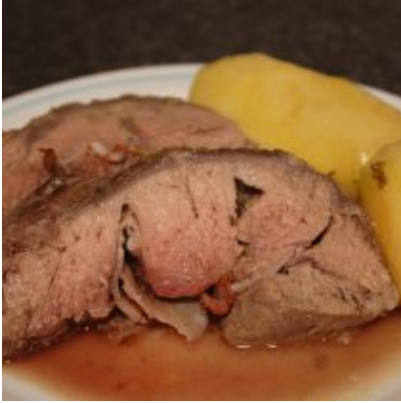


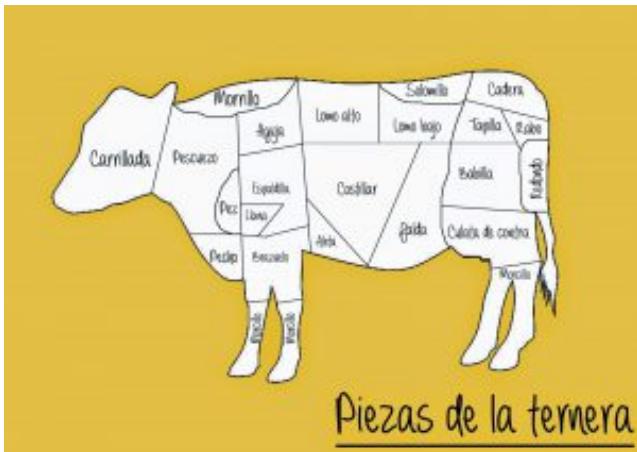


Espaldilla de ternera al horno

Descripci3n



Esta receta es de Karlos Arguiñano. Nunca habAa comido esa pieza de la ternera: la espaldilla, pero estA muy sabrosa. Os dejo una imagen para que sepAis de quA© pieza estamos hablando.



default watermark

Ingredientes: (para cuatro personas).

- 1.300 gr de espaldilla, aproximadamente.
- 6 lonchas de panceta finitas. Mejor si es ahumada.
- 100 ml de vino de Jerez.
- 1 litro de agua.
- 1 cucharadita de postre de orégano.
- 1 litro de tomillo.
- 1 rama romero.
- Sal, pimienta, perejil, aceite de oliva virgen.

Preparación:

Le decimos al carnicero que nos la limpie bien de grasa.



default watermark

Salpimentamos la espaldilla. Hacemos tres cortes, sin cortar hasta el fondo la pieza, a lo largo e introducimos en el corte central la rama de romero y en los laterales tres lonchas de panceta en cada relleno.



default watermark

Precalentamos el horno, calor arriba y abajo a 190°C-200°C (dependiendo de la potencia del horno).

Colocamos la pieza en una fuente de horno, con la parte abierta hacia abajo, rociamos con un chorro de aceite de oliva, el vino, el agua y espolvoreamos con el tomillo, el perejil y el orégano. Horneamos durante 30 minutos. A los 20 minutos de cocci3n, le a±adimos un poco de agua si fuera necesario.

Yo he puesto el asado con una cama de patatas peque±as, enteras y peladas. Las he asado antes que la carne, a 180°C durante 45 minutos. Y una vez medio hechas he puesto encima la espaldilla y he seguido el proceso anterior.



Servimos la carne sin cuerda y en rodajas, junto con las patatas.



Consejo: La he puesto con patatas para hacer plato único, se puede hacer también con un puré de patata, con unas verduritas de guarnición! vosotros sois los que mandáis.

Estamos en Facebook: facebook.com/masqpostres

En la web: www.masqpostres.es

Y esperamos vuestras opiniones, sugerencias, recetas favoritas! en

hola@masqpostres.es

Si queréis recibir al instante nuestras nuevas recetas, suscríbete en «Suscribir» arriba a la derecha en nuestro blog o abajo si lo haces desde el móvil.

Categoría

1. Carnes

Fecha de creación
agosto 31, 2016
Autor
admin

default watermark