

Estofado de ternera fácil

Tiempo de preparación: 10 horas | Rinde: 8 porciones

Ingredientes

- 2 camotes grandes o 3 papas blancas medianas, pelados y cortados en trozos de 2 pulgadas
- 2 cebollas medianas, peladas y cortadas en cuartos
- 2 ½ libras de carne de res sin hueso
- 1/2 taza de salsa de chile embotellada o kétchup
- 1/3 de taza de agua
- 1 cucharada de salsa Worcestershire
- 1/2 cucharadita de sal
- 1/2 cucharadita de pimienta



Imagen de cookingclassy.com

Preparación

- En una olla de cocción lenta de 3 ½ a 4 cuartos, coloque las papas y las cebollas. Coloque la carne de res encima de las verduras.
- En un tazón pequeño, mezcle la salsa de chile o kétchup, el agua, la salsa de Worcestershire, la sal y la pimienta. Vierta sobre la carne y las verduras.
- Tape y cocine a temperatura baja durante 8 a 10 horas o hasta que la carne esté muy tierna.
- Retire la carne y las verduras de la olla de cocción lenta. En una tabla de cortar, corte la carne en 8 porciones. Cubra la carne y las verduras para mantenerlas calientes.
- Escorra el líquido de la olla de cocción lenta en una taza medidora. La grasa flotará hacia arriba en una capa transparente. Use una cuchara para quitar la capa de grasa de la parte superior del líquido.
- Sirva el líquido restante sobre la carne y las verduras o haga una salsa espesa para verter sobre el estofado.

Para hacer la salsa espesa

- En una olla pequeña, coloque el resto del líquido de cocción.
- En un tazón pequeño, mezcle ½ taza de agua fría, o caldo de res y ¼ de taza de harina común o 2 cucharadas de maicena.
- Agregue la mezcla de harina a la olla y cocine, revolviendo constantemente, a fuego medio-alto hasta que la mezcla hierva y espese un poco.
- Sirva sobre la carne y las verduras.

