

Cuál es el corte de carne económico que permite preparar un plato tierno y sabroso

17/11/2024



El **osobuco** es un corte de carne que, gracias a su textura y sabor, resulta ideal para muchas recetas. Al **cocinar osobuco** adecuadamente, se pueden obtener platos abundantes y nutritivos, aprovechando la carne y la médula ósea. Lo bueno de este corte de carne es que es absolutamente accesible.

El secreto para lograr un osobuco tierno y sabroso radica en una cocción lenta. Este método permite que la carne se ablande

y libere todos sus jugos, creando una salsa rica y carnosa.

Ingredientes (para 4 personas):

- 4 trozos de osobuco
- 2 cebollas medianas
- 2 zanahorias medianas
- 2 tallos de apio
- 2 dientes de ajo
- 1 lata de tomates triturados
- 1 taza de vino tinto
- 2 hojas de laurel
- Sal y pimienta al gusto
- Aceite de oliva

Preparación:

1. **Sella los osobucos:** Salpimienta los trozos de carne y dóralos en una olla con aceite de oliva hasta que estén dorados por todos lados.
2. **Sofríe las verduras:** En la misma olla, agrega las cebollas, zanahorias y apio picados. Sofríe hasta que estén tiernas.
3. **Desglosa el sabor:** Vierte el vino tinto y deja que se evapore el alcohol. Agrega los tomates triturados, el laurel y cubre con agua hasta que los osobucos estén casi cubiertos.
4. **Cocción lenta:** Tapa la olla y cocina a fuego bajo durante al menos 2-3 horas, o hasta que la carne esté muy tierna.
5. **Sabor final:** Retira los osobucos y reserva. Tritura la salsa con una batidora de mano o un pasapurés. Vuelve a poner la salsa en la olla, agrega los osobucos y cocina unos minutos más para que se integren los sabores.

Acompañamientos:

El osobuco combina a la perfección con puré de papas, risotto, polenta o simplemente con pan casero.

Consejos adicionales:

Olla de cocción lenta: Puedes utilizar una olla de cocción lenta para preparar el osobuco. Solo tienes que seguir las mismas instrucciones y dejar que la olla haga su magia.

Elige una buena carne: Busca osobucos con hueso, ya que esto le dará más sabor a la preparación.

Marinar: Si tienes tiempo, marina los osobucos en una mezcla de hierbas y especias antes de cocinarlos.