

El corte de carne barato que queda genial en guisos, salsas y empanadas

08/06/2024



Ante la difícil situación económica del país, los ciudadanos tuvieron que buscar alternativas en sus compras diarias, para cuidar el bolsillo y hacer más accesibles sus consumos. En este sentido, comenzaron a difundirse alternativas de la carnicería para alivianar los costos y en esta oportunidad se popularizó un corte que está muy barato y es ideal para guisos, salsas y relleno de empanadas.

Se trata de una pieza vacuna poco conocida que no es muy fácil de hallar, solo la ofrecen en escasos frigoríficos y supermercados, pero que sí logras encontrarla y cocinarla de forma correcta, conseguirás un gran ahorro y un excelente complemento para tus comidas.

Hablamos de la «carne chica» una opción que se puede utilizar en distintas recetas y que con el justo tiempo de cocción y la

complementación de los ingredientes indicados, te dará un excelente y rendidor resultado. Si te gusta pasar tiempo en la cocina, pero ya no sabés cómo sorprender a tus seres queridos en este complicado momento financiero, te dejamos una alternativa de carne barata más las **recetas** para que las tengas en cuenta y las hagas en casa.

¿Qué es la carne chica y dónde conseguirla?



Esta es una opción económica que se utiliza por lo general para transformar en un plato más contundente a los guisos, los estofados o incluso como parte del relleno para las empanadas de carne. Es una opción que vuelve más económica las comidas y si se hacen de la forma correcta pueden dar una gran sazón a tus recetas.

Con el concepto de «carne chica», se refieren a los recortes de la quijada, los que se extraen de la parte posterior de la cabeza y del prolijado de los músculos de la media res. El mismo aporta fuente de proteínas, vitaminas y minerales esenciales para el cuerpo. Específicamente está integrado por distintos cortes: Cordón de lomito, retazos de lomo, retazos de rabadilla, retazos de carne negra, entre otros.

No es muy sencillo de conseguirlo, ya que no lo ofrecen en

todas las carnicerías ni comercios del país, pero lo pueden llegar a encontrar en algún que otro frigorífico o góndola de supermercado, a un valor estimado de \$1300 el kilo. Varios carniceros, sin embargo, lo que hacen es ofrecerlo por encargo, por lo que deberán consultar para ver si lo tienen en su lugar de confianza.

Receta de estofado con carne chica



INGREDIENTES:

- 1 kilo de carne chica
- 2 cebollas
- 2 zanahorias
- 3 tomates
- 4 dientes ajo
- 2 papas
- Una lata de arvejas
- Orégano
- Pimienta
- Sal
- Pimentón
- Comino

PREPARACIÓN:

– Primero que nada, van a poner en una olla un chorrito generoso de aceite para freír los dientes de ajo picados, junto con el morrón, la cebolla y la zanahoria que deben estar troceadas en finas tiras.

– Cuando los vegetales estén dorados, le agregarán los trozos de carne que deben previamente desgrasar. Mientras se hace, van a picar los tomates y cuando vean que ya está tomando color los van a incorporar a la receta, dejando que se cocinen por unos 5 minutos.

-Posteriormente, le agregarán agua hirviendo hasta que se tapen los ingredientes y lo dejarán hacerse por unos 40 minutos más.

Pasado el tiempo estipulado, lo destaparán y le incorporarán las papas en cubos junto con las arvejas, dejando que se cocine unos 15 minutos más. Listo, cuando pinchen la papa y vean que ya está lista, tienen su estofado con carne chica para disfrutar. El sabor de este complemento vacuno hará que su receta quede espectacular.

Receta de salsa con carne chica

INGREDIENTES:

- 1 kilo de carne chica
- Puré de tomate
- 1 morrón rojo
- 2 cebollas de verdeo
- 2 dientes de ajo
- 1 copita de vino tinto
- 1 cucharadita de ají molido
- Sal
- Pimienta

PREPARACIÓN:

-Picar la cebolla, el ajo y el morrón y sofreír todo con un chorro de aceite hasta que la cebolla y el morrón estén blanditos.

-Desgrasar la carne chica, cortarla en trozos, para esto puede primero cortarla en tiras y luego en cubos más pequeños y agregarlos a la preparación. Dejarlos hasta que se doren y revolver cada tanto para que no se queme. Agregar el puré de tomate y mezclar todo.

- Finalmente, van a condimentar a gusto con la sal, pimienta y especias y dejar un ratito a fuego bajo para que se concentren los sabores. Listo ya está su salsa de carne chica para disfrutar, le pueden agregar el complemento que deseen, ya sea arroz, fideos o cualquier tipo de pasta.

Receta de empanadas con carne chica



INGREDIENTES:

- 12 tapas de empanadas

- 1 kilo de carne chica
- 3 huevos
- 1 Cebolla
- 1 planta de cebollita de verdeo
- Morrón rojo
- Sal
- Pimienta
- Comino
- Aceitunas (opcional)
- Pasas de uva (opcional)

PREPARACIÓN:

– Para cocinar correctamente la carne chica pueden seguir estos pasos: Sazonarla con sal y pimienta al gusto, calentar el aceite y luego colocar los bifés de carne en la sartén caliente por unos 3 o 4 minutos de cada lado para que queden dorados. Luego para poder hacer el relleno de las empanadas van a desmenuzar los bifés.

-Reahogar las cebollas en trozos pequeños y cuando están doradas incorporarle la carne desmenuzada y el morrón picado. Dejar que todo junte su sabor y condimentar a gusto. Si está seco se puede incorporar un poco de caldo de carne o agua hervida, para darle más sazón.

-Hervir aparte los huevos durante 15 minutos, pelarlos, cortarlos y sumarlos a la preparación. Por último añadirle la cebolla de verdeo picada. Rellenar las tapas, colocarles aceitunas, pasas de uva o lo que quieran y cerrarlas con él repulgue característico.

-Pincelar con huevo por encima y llevarlas al horno precalentado por unos 30 minutos y listo, ya están sus empanadas de carne chica para disfrutar.

Fuente: Crónica