

Un plato con mucho sabor: Carne al vino en una olla a presión

01/02/2024



La carne al vino es un plato clásico que combina carne, vino tinto y aromáticos cocinados lentamente para obtener un sabor profundo y tierno. Prepararla en una olla a presión acelera el proceso, resultando en una deliciosa y tierna carne en mucho menos tiempo. Es una opción perfecta para una comida reconfortante.

Ingredientes:

- 1 kg de carne de res (como lomo, chuck o carne para guisar), cortada en trozos medianos
- 2 cucharadas de aceite de oliva
- 1 cebolla grande, picada
- 2 dientes de ajo, picados
- 2 zanahorias, peladas y cortadas en rodajas gruesas
- 2 ramas de apio, cortadas en rodajas

- 200 ml de vino tinto
- 400 ml de caldo de carne
- 2 hojas de laurel
- 1 ramita de tomillo (o 1/2 cucharadita de tomillo seco)
- Sal y pimienta al gusto
- 2 cucharadas de harina (opcional, para espesar la salsa)



Antes de preparar carne al vino en una olla a presión, asegúrate de sellar la carne en aceite caliente para potenciar su sabor y textura, y no olvides agregar ingredientes aromáticos como cebolla, ajo y hierbas para mejorar el gusto del plato final.

Preparación:

1. Calienta el aceite en la olla a presión a fuego medio-alto. Agrega la carne y dora los trozos por todos lados hasta que estén bien dorados. Esto ayudará a sellar los jugos y dará sabor a la carne. Retira la carne de la olla y resérvala.
2. En la misma olla, agrega la cebolla y el ajo picados. Cocina hasta que estén dorados y fragantes, unos 3-4 minutos.
3. Añade las zanahorias y el apio, y saltea por otros 2-3 minutos.
4. Regresa la carne dorada a la olla y mezcla bien con las verduras.
5. Vierte el vino tinto en la olla y cocina durante unos

minutos, raspando el fondo para despegar cualquier trozo dorado que pueda haber quedado pegado.

6. Agrega el caldo de carne, las hojas de laurel, el tomillo, sal y pimienta al gusto.

7. Cierra la olla a presión según las instrucciones del fabricante y cocina a presión durante aproximadamente 30-40 minutos, o según sea necesario para que la carne esté tierna.

8. Una vez que la carne esté cocida y la olla se haya despresurizado de manera segura, verifica la consistencia de la salsa. Si deseas que la salsa sea más espesa, puedes mezclar 2 cucharadas de harina con un poco de agua fría para hacer una pasta y luego agregarla a la olla. Cocina a fuego lento hasta que la salsa espese.

9. Prueba y ajusta la sazón según sea necesario. Puedes agregar más sal y pimienta si es necesario.

10. Sirve la carne al vino caliente, acompañada de puré de papas, arroz o pasta, y disfruta de este delicioso plato.

Recuerda seguir las instrucciones de seguridad de tu olla a presión y ten cuidado al abrirla después de cocinar. ¡Buen provecho!



Fuente: www.culinaryrecipes.top