

Estofado de ternera con espárragos



Tiempo de preparación: 30 min.

Dificultad: Media

Ingredientes (4 personas)

• Ingredientes

- Tomate escurrido 500g 250 gr
- Aceite 2 cucharadas
- Ajo 1 diente
- Caldo caliente
- Cebolla ½
- Espárragos 1 atado
- Harina 50 gr
- Perejil
- Pimienta
- Sal
- Ternera 500 gr
- Vino blanco

Para esta receta hemos usado:



Preparación

Crear unos dados de carne de unos 2,5 cm por lado y enharinarla asegurándose de que toda la superficie quede recubierta. Poner en una sartén el aceite, el ajo en camisa aplastado y la cebolla picada fino; tan pronto como el aceite se caliente a fuego medio, añadir la carne y dorarla hasta que pierda el tono rosa.

Subir entonces la llama, añadir vino blanco y dejar que se evapore.

Tan pronto como el alcohol se haya evaporado, bajar la llama al mínimo y añadir el **Tomate escurrido** junto con unas cucharadas de caldo caliente. Salpimentar debidamente y cubrir con la tapa.

Dejar cocer durante una hora y media aproximadamente añadiendo más caldo a medida que se seque.

Mientras tanto, cortar los espárragos dejando solo la parte verde y pelarlos rápidamente con un pelapatatas.

Reservar las puntas y cortar los tallos en rodajitas finas.

Después de hora y media de cocción, añadir en la sartén los espárragos y tapar de nuevo durante unos 20 minutos hasta que la carne quede completamente hecha.

Dejar que la salsa espese según se desee, espolvorear con el perejil y servir caliente.