

Las recetas de la Abuela/o

Platos de carne

1

CODORNICES ESCABECHADAS

POR: NATI MATAMALA

INGREDIENTES

8 codornices
1 cebolla grande
1 cabeza de ajos
Pimienta en grano
4 hojas de laurel
Puñado de sal
Chorrito de aceite
1 vaso grande de vinagre
1 vaso pequeño de agua

PROCEDIMIENTO

1. Limpia bien las codornices, sécalas y las sacálas por dentro y por fuera.
2. En una cacerola pon unas 10 cucharadas de aceite de oliva a fuego medio, y cuando esté caliente introduce las codornices y dorálás por todas partes. Sacalás y reservalás.
3. En el mismo aceite pocha a fuego suave los dientes de ajo con piel, la cebolla en juliana gruesa, las hojas de laurel y los granos de pimienta.

Continúa.....

Las recetas de la Abuela/o

Platos de carne

1

CODORNICES ESCABECHADAS

POR: NATI MATAMALA

CONTINUACIÓN

4. Pasados unos minutos, incorpora las codornices, y luego añade el vinagre y el agua.

5. Una vez que rompe a hervir baja a fuego lento y deja que se cocinen durante 45/50 minutos.

PROCEDIMIENTO

6. Mueve la cazuela de vez en cuando (no remover para evitar que se rompan).

7. Rectifica de sal si es necesario.

8. Cuando veas que las codornices están tiernas, pasamos a un recipiente bien tapado, y dejamos un día o dos en la nevera para que cojan sabor con el escabeche.

Las recetas de la Abuela/o

Platos de carne

2

SOLOMILLO A LA NARANJA

POR: ADELAIDA
BARRAGÁN

INGREDIENTES

1 solomillo grande
12 ciruelas secas deshuesadas
100ml de vino "Pedro Ximenez"
4 naranjas
1 cucharadita de zúmo de limón
3 naranjas
1 cucharadita de mostaza rústica
1 cucharadita de mermelada
frambuesa
4 de aceite de oliva
Pimienta
Sal

PROCEDIMIENTO

- 1.Sellar el solomillo una vez salpimentado en una cazuela.
- 2.Agregar el vino y cocer durante unos minutos para reducir.
- 3.Agregar las ciruelas, el zumo de limón y las 3 naranjas en gajos.
- 4.Una cucharada de mermelada y una de mostaza, mezclamos bien y cocemos a fuego lento de 10 a 12 min.
- 5.Retiramos el solomillo de la cazuela y cocemos la salsa 3 o 4 más hasta que espese.
- 6.Rectificar el punto de sal si es necesario.
- 7.Se corta el solomillo en filetes acompañado con gajos de naranja, ciruelas y salsa por encima.

Las recetas de la Abuela/o

Platos de carne

3

OSSBUCO CON MANZANAS Y CIRUELAS PASAS

POR: ADELAIDA REDONDO

INGREDIENTES

4 ossobucos
3 manzanas reineta
1 vaso de Jerez
1 cebolla
100 gr de ciruelas
pasas
3 ajos
Laurel
Perejil
Aceite
sal
pimienta negra molida
vino blanco

PROCEDIMIENTO

1. Salpimentamos la carne.
2. En una cazuela ponemos el aceite y cuando esté caliente, incorporamos la carne a fuego alto para que se dore.
3. Cuando esté dorada la sacamos e incorporamos la cebolla en dados y los ajos, bajamos el fuego y echamos un poco de agua.

Continúa.....

Las recetas de la Abuela/o

Platos de carne

3

OSSBUCO CON MANZANAS Y CIRUELAS PASAS

POR: ADELAIDA REDONDO

CONTINUACIÓN

4. Cuando esté blandito ponemos la carne, la tapamos y lo dejamos bajito un rato para que suelte su jugo.

5. Tendrá que cocer dos o tres horas, depende de la carne. Se nota que está hecha cuando se va desprendiendo del hueso.

PROCEDIMIENTO

6. A la hora más o menos añadimos las manzanas troceadas, las ciruelas y el Jerez.

7. La salsa se puede pasar por la batidora o se tritura un poco con un tenedor.

8. Es mejor que esté un par de días en reposo, así coge mejor el sabor.

Las recetas de la Abuela/o

Platos de carne

4

CHULETAS EN SALSA DE CERVEZA

POR: CELE SANTANA

INGREDIENTES

Chuletas de cerdo de la riñonada

1 cebolla

1 ajo

Tomate triturado

Una lata de cerveza

Laurel

PROCEDIMIENTO

1. Se fríen las chuletas.
2. Se retiran en un plato.
3. En el mismo aceite se fríe la cebolla en aros, el ajo y el tomate triturado.
4. Se echa la cerveza y se añade el laurel.
5. Para terminar echamos las chuletas y le damos un hervor.

Las recetas de la Abuela/o

Platos de carne

5

CORDERO A LA CALDERETA

POR: ANTONIA CERDEÑO

INGREDIENTES

Cordero en trocitos
Tomate
Cebolla
Ajos
Vino blanco

PROCEDIMIENTO

1. Se pone la sartén con el aceite y los ajos.
2. Se echa la carne y se refríe.
3. Cuando esté casi frito se le añade la cebolla picada en juliana y el tomate.
4. Cuando esté rehogado se le añade el vino y la sal.
5. Se deja cocer hasta que se consuma el vino.

Las recetas de la Abuela/o

Platos de carne

6

PASTEL DE CARNE CON ACEITUNAS

POR: ROSARIO MONTALVAN

INGREDIENTES

1 kg carne picada pollo
o ternera
1 cebolla
1 pimiento verde
pequeño
1 pimiento rojo pequeño
1 zanahoria grande
5 huevos
100 gramos aceitunas
verdes sin hueso
Sal
Tomillo
Orégano
Aceite

PROCEDIMIENTO

1. Troceamos todas las verduras, y las ponemos en la tritadora junto con las aceitunas.
2. Añadimos un poquito de aceite en la sartén y calentamos.
3. Pochamos todo lo picado varios minutos
4. Preparamos la carne en un bol amplio para poder mezclar y echamos el orégano, el tomillo, la sal y 2 huevos crudos.
5. Cocemos los 3 huevos restantes y los pelamos.
6. Dejamos enfriar un poco el sofrito de las verduras, se lo añadimos a la carne y mezclamos bien.

Continúa...

Las recetas de la Abuela/o

Platos de carne

6

PASTEL DE CARNE CON ACEITUNAS

POR: ROSARIO MONTALVAN

CONTINUACIÓN

7.Utilizaremos un molde alargado y precalentamos el horno a 175 grados.

8.Ponemos la mitad de la carne en el molde y la alisamos.

9.Ponemos los tres huevos cocidos encima de la carne.

PROCEDIMIENTO

10.Cubrimos con el resto de carne, apretando y alisando.

11.Introducimos el molde en el horno y lo dejamos 45 minutos.

12.Desmoldamos en una bandeja y lo introducimos de nuevo en el horno unos 20 minutos para que se dore por ambas partes

13.Acompáñalo con una salsa casera de tomate, patatas, arroz etc...