

Qué fácil es cocinar con


COOKING CHEF



Ternera en salsa de ostras

4 personas



Accesorios necesarios:



Tiempo:



Ingredientes

- 500 gr. de tapa de ternera
- 2 zanahorias
- 100 gr. de mezcla de setas
- 1 pimiento verde
- 1 puerro
- 10 gr. de jengibre fresco
- 100 ml. de salsa de soja
- ½ cucharada de salsa de ostras
- Aceite de oliva virgen extra
- 20 gr. de Maicena
- 1 cucharada de miel
- 200 ml. de caldo blanco de ave
- Sal y pimienta

Preparación

1. Corta la carne en finas láminas y macérala en salsa de soja rebajada con un poco de agua durante 10 minutos.
2. Coge el procesador de alimentos y coloca el disco de rallar grueso.
3. Pela las zanahorias, córtalas por la mitad y colócalas en la boca de la tapa del procesador de alimentos en horizontal, pulsa P hasta que toda la zanahoria este cortada. Necesitas conseguir tiras medianas de zanahoria.
4. Repite la misma operación con el puerro.
5. Cambia el disco del procesador de alimentos por el de corte juliana fino y corta el apio, pulsando P.
6. Cambia el disco por las cuchillas normales de acero y pica el ajo, previamente pelado.
7. Cubre el fondo de la olla de inducción con aceite de oliva a una temperatura de 120° y ve incorporando por este orden: la zanahoria, las setas, el pimiento, el ajo, el apio y por último el puerro.
8. Saltéalo durante 10 minutos con el gancho de remover a velocidad 1 y manteniendo la temperatura de 120°.



Canelones

Preparación

9. Es conveniente colocar las tapas anti-salpicaduras.

10. Pasados los 10 minutos reserva la verdura salteada.

11. Introduce la carne en la olla de inducción sal pimentada y saltea bien, a una temperatura de 120°, durante 5 minutos, velocidad 3 con el gancho de remover.

12. Una vez salteada, quita el gancho y añade el caldo blanco de ave, ½ cucharada de salsa de ostras, salsa de soja, maicena diluída en agua para que no haga grumos, y un poco de miel. Deja que se cocine todo a 90° durante 15 minutos. Hasta que el caldo haya reducido.

13. Es un gran acompañante de arroz al vapor.