2025/12/16 03:49 1/1 [Carnes] Estofado de carne

## [Carnes] Estofado de carne

## **Ingredientes**

- Cebolla
- Ajo
- Zanahoria
- Pimiento
- Tomate natural o triturado
- Avecrem
- Romero
- Laurel
- Carne de conejo o de pollo
- Aceite de oliva
- Vino blanco
- Agua

## **Elaboración**

- 1. Limpiar y **salpimentar** la carne (conejo o pollo): Traseros, muslitos...
- 2. **Sellar** la carne en una plancha con algo de **aceite**.
- 3. Picar y pochar la **cebolla** y el **ajo** en la olla a presión.
- 4. Añadir la **zanahoria** y el **pimiento**. Rehogar unos minutos.
- 5. Añadir la carne.
- 6. Añadir un vaso de vino blanco.
- 7. Añadir una pastilla de **avecrem**, una ramita de **romero** y una hoja de **laurel**.
- 8. Añadir el **tomate** cortado en trocitos y/o el triturado.
- 9. Dejar consumir algo el vino.
- 10. Añadir el **agua** caliente.
- 11. Tapar la olla a presión y programar **15 minutos** cuando ya suelte vapor.

From:

https://euloxio.myds.me/dokuwiki/ - Euloxio wiki

Permanent link:

https://euloxio.myds.me/dokuwiki/doku.php/doc:comida:recetas:carne\_estofado

Last update: 2024/04/08 20:05

