

Ossobucco de Tenreira Galega con salteado de repolo e allo



Ingredientes

(4 persoas):

- 1.400 g de xarrete de Tenreira Galega, cortado con óso en rodas duns 3 cm de grosor.
- 200 g de fariña.
- 200 g de tomate triturado.
- 1 cebola.
- 2 cenorias.
- 3 dl de viño tinto (D.O. Monterrei).
- 40 g de perexil picado.
- sal.
- pementa.
- 1 casca de limón relado.
- 2 dl de aceite de oliva virxe extra.
- 400 g de repolo.
- 3 dentes de allo.
- 2 vasos de auga.

Tempo aproximado:
2 h e 30 min.



Preparación Refogar a cebola e a cenoria picadas no aceite. Retirar e reservar. No mesmo aceite dourar o ossobucco sazonado e enfariñado. Engadir a verdura, refogar e mollar co viño e a auga. Reducir. Engadir o tomate. Salpementar, tapar e cocer a lume maino ata que estea tenro. Relar a casca do limón, picar o perexil e rematar a cocción. Cortar o repolo en tiras finas e cocer a partir de auga fervendo. Cortar o allo en cadrados pequenos. Escorrer o repolo e dourar na tixola co allo picado.

Presentación Colocar as verduras nun molde para dar forma, situalas a un lado do ossobucco e salsear.