



INGREDIENTES: (4 personas)

Para freír la ternera:

- 70 gramos de aceite de oliva harina (mejor si es maicena) para rebozar la ternera
- 400 gramos de ternera para guisar a taquitos (ternera del brazo, si no morcillo)

Sofrito:

- 180 gramos de cebolla
- 1 diente ó 2 de ajo

- 150 gramos de zanahorias
- 100 gramos de vino tinto o de brandy
- 200 gramos de tomate triturado
- 100 gramos de guisantes (pueden ser congelados, si no una latita)
- 1 hoja de laurel (opcional)
- 700 gramos de agua para cocer la ternera
- 1/2 cubilete de perejil fresco picado (solo las hojas)
- sal
- pimienta negra en polvo
- 1 cucharada de postre de pimentón
- 850 gramos de patatas a trozos, "chascadas"

ELABORACIÓN:

1. Salpimentar la ternera, y seguidamente rebozarla ligeramente por la harina.
2. En el vaso de Thermomix, **poner la mariposa en las cuchillas** y agregar los 70 gramos de aceite, y **calentar 5 minutos a temperatura 100 grados velocidad 1**, al término incorporarle los taquitos de ternera enharinada y **freír 15 minutos a temperatura 120 grados velocidad giro a la izquierda velocidad cuchara**, acabado el tiempo, **quitar la mariposa de las cuchillas**, sacar y reservar.
3. Sin necesidad de lavar el vaso, echar en el vaso de thermomix, la cebolla en 4 ó 6 trozos, y el ajito, y **trocear 4 segundos a velocidad 5**. Añadir el aceite que nos salió al sofreír la ternera y que está reservada, escurrir ese aceitito en el vaso de la Thermomix, y **programar 7 minutos a temperatura 100 grados, velocidad 1**.
4. Al término añadir las zanahorias a rodajas, y el tomate triturado, un poco de sal y pimienta, el pimentón y **programar de nuevo 5 minutos a temperatura 120 grados, velocidad 2**.
5. Mientras se está friendo, **por el bocal** le vamos añadiendo el vino o brandy, y volvemos a **programar 10 minutos a temperatura 120 grados, velocidad 2**
6. Al acabar volver a **poner la mariposa en las cuchillas**, e incorporar la ternera reservada, el agua, y la hoja de laurel (opcional) y **programar 20 minutos, temperatura varoma, giro a la izquierda velocidad cuchara, sustituyendo el cubilete por el cestillo**, evaporará y evitaremos que este se levante por la fuerza y el calor de la cocción.
7. Acabado el tiempo, poner las patatas troceadas a tacos chascadas (cuando las estamos troceando no terminar de partir con el cuchillo si no forzando a que se rompa al final el trozo para que queden lo que se llama chascadas) y ligeramente salpimentadas, incorporarlas al

vaso de la Thermomix (si hay demasiado caldo y no nos caben bien las patatas, sacar un poco y reservarlo en un recipiente y al final ya lo mezclaremos en un bol o cacerola) una vez todas dentro del vaso (no debe pasar de la muesca que hay casi en borde del vaso que nos dice el máximo que debe llenarse) y **programar 40 minutos, temperatura Varoma, giro a la izquierda velocidad cuchara,** con el cestillo encima de la tapadera en lugar del cubilete.

8. Al acabar el tiempo comprobar que las patatas están tiernas, si no añadirle unos minutos más a la misma temperatura y velocidad, comprobar la sazón, por si hay que modificar de sal y pimienta, cuando ya casi estén bien, agregar los guisantes, el perejil cortadito pequeño, y volver a **programar unos diez minutos más a la misma temperatura y velocidad.** Si viésemos que aún les falta un poco a las patatas, volver a **programar unos minutos más a la misma temperatura y velocidad.** Cuando este acabando o ya acabado, espolvorearlo con el perejil picado.

9. Consejo: Esta receta como cualquier guiso, está mejor de un día para otro, o al menos que este unas horas hecho antes de comer, y le podemos añadir al final unas albóndigas pequeñas y que cuezan un poco al chuchú.

¡Está pero que muy rico este guiso!

ESTOFADO DE TERNERA CON PATATAS Y GUISANTES (TMX)

