RECETA

Estofado de Cordero

Cubos de paleta de cordero dorados y cocidos lento con cebolla, zanahoria, tomate y papas.

6 personas | 120 minutos | Media dificultad



INGREDIENTES

Paleta de cordero sin hueso — Ver en Cortes premium →	2½ lb en cubos de 4 cm
Sal	1 cucharadita
Pimienta negra molida	½ cucharadita
Harina	2 cucharadas
Aceite vegetal	3 cucharadas
Cebolla	1 grande, picada
Zanahoria	2, en rodajas gruesas
Ajo	3 dientes, picados
Pasta de tomate	2 cucharadas
Pimentón dulce	1 cucharadita
Caldo de res	3 tazas
Laurel	2 hojas
Papas	500 g en trozos de 4 cm

PREPARACIÓN

1 Dora la carne.

Seca los cubos de cordero, sazónalos con la sal y la pimienta y espolvoréalos con la harina; la harina ayuda a dorar y espesa después el caldo. Calienta el aceite en una olla pesada a fuego medio-alto y dora la carne en dos o tres tandas, 2–3 minutos por lado, sin amontonar. Reserva en un plato.

2 Sofríe los vegetales.

En la misma olla, a fuego medio, cocina la cebolla y la zanahoria 5–6 minutos hasta que la cebolla esté blanda, raspando el fondo. Agrega el ajo, la pasta de tomate y el pimentón y cocina 1 minuto más, moviendo, para que el tomate pierda el sabor crudo.

3 Cocina a fuego bajo.

Devuelve la carne con su jugo a la olla, vierte el caldo y añade el laurel. Lleva a hervor, baja el fuego al mínimo, tapa y cocina 1 hora, moviendo de vez en cuando. El estofado debe apenas burbujear: un hervor fuerte endurece la carne.

4 Agrega las papas y termina.

Incorpora las papas, tapa y cocina 30 minutos más, hasta que un tenedor entre en la carne y en las papas sin resistencia. Si el caldo queda muy líquido, destapa los últimos 10 minutos. Retira el laurel, ajusta la sal y sirve en platos hondos con pan.