

Recetario Chef Esteban & Amigos



* GOULASH DE RES

El Goulash es el plato insignia de la gastronomía Húngara y lo que le da carácter a esta preparación es el pimentón y el laurel, es una receta sencilla, pero requiere un tiempo considerable para la cocción, suele acompañarse de pasta o de papas cocidas, la salsa queda espesa y con un sabor intenso.

Ingredientes:

- 500 grs de carne para guisar
- 1 cebolla grande
- 2 dientes de ajo
- 2 tomates grandes
- 200 ml de tomate frito
- Sal y pimienta negra al gusto
- 2 cucharadas de pimentón en polvo
- 1 1/2 cucharada de ají picante en polvo
- 3 hojas de laurel
- 2 cucharadas de harina de trigo

1 cucharada de maicena
1 taza de aceite
1/2 vaso de agua caliente ()
2 cucharadas de azúcar moreno

Preparación:

Cortamos la carne en dados e Intentamos quitar toda la grasa que pueda tener, picamos la cebolla, los ajos y los machacamos con un golpe de cuchillo, troceamos los tomates.

Cubrimos el fondo de una olla con aceite y doramos la carne a fuego fuerte, la echamos poco a poco si hay mucha, cuando esté hecha, la ponemos en una fuente y sofreímos la cebolla y el ajo en la misma olla.

Cuando están dorados, integramos la carne y espolvoreamos con pimentón por encima. (*Si no te gusta nada el picante, se puede sustituir por ají dulce*).

Removemos continuamente para que no se nos queme nada, agregamos la harina de trigo y la maicena y sofreímos un poco más, agregamos el tomate frito junto con el natural, agregamos agua para cubrir toda la carne, este es el momento de bajar el fuego y rectificar de sal y azúcar, para equilibrar la acidez de los tomates.

Añadir el laurel, a partir de ahora esperamos una hora a fuego medio-bajo hasta que la carne se ponga muy tierna, pendiente que no se nos seque la salsa, añadiendo un poquito más de agua si es necesario.

Sirvalo con papas horneadas o pasta corta.

Enlace Receta:

<https://chef.viserproject.com/index.php?go=receta/296/goulash-de-res>