



Rabo de toro al estilo cordobés

El rabo de toro es un guiso muy vinculado a la gastronomía cordobesa y a la tradición culinaria local. Esta versión se prepara con vino tinto y verduras, y se presenta con la salsa triturada y la carne servida por encima. Puede hacerse con rabo de toro, ternera o buey, también admite muchas variaciones con respecto al vino, como el flambearlo con coñac



CATEGORÍA
Carnes



RACIONES
6



DIFICULTAD
facil



PREPARACIÓN
—



COCCIÓN
4 h 10 min



Método: Tradicional



INGREDIENTES

INGREDIENTE	CANTIDAD	INGREDIENTE	CANTIDAD
Rabo de toro o vaca	1.5 kg	Puerro	1 ud
Harina de trigo	la suficiente para enharinar	Ajo	6 diente
Sal	al gusto	Vino tinto	3 vaso
Aceite de oliva	suficiente para sellar y cocinar	Caldo de carne	0.5 l
Patata	3 ud	Tomate triturado	4 cuchara
Cebolla	2 ud	Pimienta negra	al gusto
Zanahoria	3 ud	Perejil	al gusto, para decorar
Pimiento verde	2 ud	Laurel	2 hoja



PREPARACIÓN

1

Sazonar la carne

Adereza el rabo de toro o vaca con sal y pimienta, asegurándote de que esté limpio de grasa y de posibles partes duras.

1.5 kg · Rabo de toro o vaca

al gusto · Sal

al gusto · Pimienta negra

2

Enharinar y dorar

Pasa la carne por harina y dóralo por todas sus caras en una sartén con aceite de oliva virgen extra caliente.

1.5 kg · Rabo de toro o vaca

la suficiente para enharinar · Harina de trigo

suficiente para sellar y cocinar · Aceite de oliva

3

Retirar la carne

Cuando esté dorada, retira la carne y sécala con papel de cocina para quitar el exceso de aceite.

1.5 kg · Rabo de toro o vaca

4

Picar las verduras

Pica todas las verduras con un cuchillo adecuado.

2 ud · Cebolla

3 ud · Zanahoria

2 ud · Pimiento verde

1 ud · Puerro

6 diente · Ajo

5

Rehogar cebolla y ajo

En el mismo aceite, añade la cebolla con los ajos y rehógalos hasta que estén casi cocinados y dorados.

suficiente para sellar y cocinar · Aceite de oliva

2 ud · Cebolla

6 diente · Ajo

6

Añadir el resto de verduras

Incorpora las zanahorias, el puerro y el pimiento. Cuando estén cocinados, añade el tomate triturado.

3 ud · Zanahoria

1 ud · Puerro

2 ud · Pimiento verde

4 cucharas · Tomate triturado

7

Incorporar la carne

Añade la carne dorada a la salsa y mezcla con el sofrito.

1.5 kg · Rabo de toro o vaca

8

Comenzar la cocción

Vierte el vino tinto y el caldo de carne para cubrir las verduras y el rabo.

3 vaso · Vino tinto

Caldo de carne

1.5 kg · Rabo de toro o vaca

9 Añadir aromáticos

Incorpora el laurel, el perejil y un poco de pimienta recién molida.

2 hoja · Laurel
al gusto, para decorar · Perejil
al gusto · Pimienta negra

10 Cocción inicial

Mantén la cocción durante los primeros diez minutos a fuego alto para que se integren los ingredientes.

Tiempo estimado: 10 min

11 Cocción larga

Después, cocina durante cuatro horas a fuego bajo.

Tiempo estimado: 240 min

12 Triturar la salsa

Retira el rabo y las verduras de la olla y tritura la salsa de verduras con vino que queda en la olla.

1.5 kg · Rabo de toro o vaca
2 ud · Cebolla
3 ud · Zanahoria
2 ud · Pimiento verde
1 ud · Puerro
6 diente · Ajo
4 cuchara · Tomate triturado
3 vaso · Vino tinto

13 Servir

Sirve la carne con la salsa por encima.

1.5 kg · Rabo de toro o vaca