

## OSOBUCO MACERADO AL VINO TINTO Y ROMERO



### INGREDIENTES

1,500 kg osobuco  
1,5 litro vino tinto  
3 cebollas  
4 tomates  
4 zanahorias  
1 cabeza de ajo  
2 clavos  
Laurel  
Romero fresco  
Pimienta en grano  
Sal

### CRUJIENTES DE BATATA MORADA Y CHAYOTE A LA INGRESA

500 g de batata morada  
500 g de chayote  
Aceite para freír  
Pimineta de cayena  
Mantequilla  
1 ajo en camisa  
 $\frac{1}{2}$  vasito de Vino blanco  
Un vaso de caldo de pollo  
Tomillo y romero fresco  
Sal y pimienta

## MODO DE HACERLO

Cortar las cebollas en juliana. Pelar y cortar las zanahorias y los tomates por la mitad. Macerar la carne en el vino tinto y añadir las cebollas, los tomates, la cabeza de ajo, las zanahorias, el romero, el laurel, el clavo y la pimienta, durante 12-24 horas.

Pasado el tiempo de maceración, escurrir la carne, salpimentar y pasar por harina. Sofreir en una olla a fuego lento con un poco de aceite de oliva. Retirar la carne y dorar las verduras marinadas en el vino bien escurridas.

Incorporar a la olla el vino tinto y la carne. Cocer unos 90-100 minutos hasta que la carne esté cocida. Si durante la cocción queda poco líquido, añadir caldo de carne o agua. Retirar la carne. Triturar el jugo junto con las verduras y pasar por un chino.

## CRUJIENTES DE BATATA MORADA Y CHAYOTE A LA INGRESA

Lavar y pelar las batatas, cortar láminas grandes y muy finas con ayuda de la mandolina. Freir con abundante cantidad de aceite a fuego medio suave, por tandas, hasta que estén crujientes. Retirar el exceso de aceite con papel de cocina. Espolvorear con sal y pimienta de cayena.

Con un guante pelear la chayote, lavar con abundante cantidad de agua, cortar en dos a lo largo y retirar la semilla con ayuda de una puntilla. Cortar en cubos. Saltear con mantequilla y el ajo en camisa, agregar el vino dejar reducir del todo, agregar el caldo, las hierbas y salpimentar. Dejar cocinar a fuego bajo 15 -20 minutos, hasta que esté suave.

## VARIANTES

Utiliza otros tipos de carne como rabo de toro, codillo, carrilleras de cerdo. Utilizar vinos tintos con cuerpo o moscatel, oloroso. Añadir otras verduras como apio, pimientos verde, tirabeques. Incorporar al guiso setas como níscalos, boletus, champiñones.

## CONSERVACION

Guisos de carne que mejoran de un día para otro. Se conservan 4-5 días en la nevera y se pueden congelar.