

## OSSO-BUCO

### Ingredientes :

6 Ossobucos de ternera no muy gruesos (pata de ternera).  
Harina con sal y pimienta para rebozar. Aceite para sofreír la carne.

**Para el sofrito:** 100 g. de aceite, 200 g. de zanahoria, 250 g. de cebolla. 2 dientes de ajo grandecitos, 50 g. de tallo de apio, 1 bote de  $\frac{1}{2}$  Kg. de tomate natural triturado., 250 g. de vino blanco. 100 g. de agua. 2 pastillas de caldo de carne o sal. pimienta. La ralladura de  $\frac{1}{2}$  naranja. La ralladura de  $\frac{1}{2}$  limón. 25 g. de chocolate puro de Nestlé postres (una barrita) o 2 cucharaditas de chocolate puro en polvo. 4 cucharadas de perejil picadito

### Preparación:

1. Reboce la carne ligeramente en la harina sazonada y rehóguelas en la sartén por ambos lados.  
Ponga las rodajas en la olla en la que vaya a cocinarlas y resérvelas.  
Conserve el aceite de rehogarlas para el sofrito.
2. Ponga en el vaso las zanahorias troceadas. la cebolla, el ajo y el apio y trocee 10 segundos en velocidad 4 ayudándose con la espátula. Compruebe que ha quedado en trocitos muy pequeños.  
Pese el aceite reservado y complete hasta los 100 g. Añada el tomate triturado y programe 15 minutos, Varoma, velocidad 1  $\frac{1}{2}$
3. Incorpore el vino, agua, sal. pimienta, la ralladura de los cítricos y el chocolate. y programe 5 minutos, 100°, velocidad 1  $\frac{1}{2}$ .
4. Vierta la salsa en la olla donde tenemos la carne y llévelo a ebullición. Cocínelo hasta que la carne esté bien tierna. Espolvoree con el perejil picado. Sírvalo acompañado de arroz blanco o pasta.

**NOTA:** Este plato mejora de un día para otro. Con estas cantidades tendrá 1 litro y 300 g. de salsa. Puede utilizarla para otras carnes, además de para esta receta.

**SUGERENCIA:** Ponga la harina, la sal y pimienta en una bolsa de plástico y agite bien para que se mezcle perfectamente

Puede poner los trozos de carne dentro de la bolsa para enharinarlos, sacudiéndolos después para eliminar el exceso de harina..