

Libreta: Carnes
Creado: 24/03/2018 22:34
URLOrigen: <http://www.tranbel.com/ropa-vieja.html>

Ropa Vieja

INGREDIENTES

Avíos del puchero (carnes, garbanzos y hortalizas)
4 dientes de ajo
1 cebolla
Aceite de oliva

PREPARACIÓN

Limpiar de huesos y grasas las carnes ya cocidas en el puchero y trocearlas.

Preparar un sofrito de ajo y cebolla picado, en un poco aceite de oliva en una sartén al fuego.

Agregar los garbanzos cocidos, las carnes limpias y algunos trozos de zanahoria, apio, puerro y patata de los avíos del puchero y rehogar.

Consumir caliente acompañado de alguna salsa.