

DESTINO: **FRANCIA**



rigen:

El bouef bourguignon es un plato cuyo origen se sitúa en la región francesa de la Borgoña, al sur de París. Es un estofado de buey, muy reconocido por su sabor y por la poca grasa que el buey de raza Charolais aporta al plato, ya que sólo se alimenta de heno, cereales y forraje, lo que da una carne muy tierna y sana.

Ingredientes:

(para dos personas)

½ kilo de carne lo más tierna posible, 350 ml de vino tinto,
1 cebolla / 1 zanahoria
1 diente de ajo, tomillo, 1 hoja de laurel, 1 ramillete pequeño de perejil,
125 gr de tocineta en trocitos,
1 cucharada sopera de harina, 15 gr de mantequilla,
250 gr de champiñones,
500 ml de caldo de carne,
1 cucharada sopera de tomate concentrado,
aceite de oliva, sal y pimienta negra.

Anato
Asociación Colombiana de Agencias de Viajes y Turismo



www.ctmenlinea.com.co

LÍNEAS DE ATENCIÓN: **(571) 602 9777 (57) 3138270049**

✉ jefe.operaciones@ctmenlinea.com.co

✉ reservas2@ctmenlinea.com.co

✉ gerentecomercial@ctmenlinea.com.co

DESTINO: **FRANCIA**



Preparación:

1. En un bol mezclar la carne, cortada en trozos regulares, el vino, zanahoria en rodajas, cebolla picada, ajo, tomillo, perejil y laurel. Cubrir y dejarlo marinar toda una noche en la nevera.
2. En una olla poner aceite hasta cubrir ligeramente el fondo. Sofreír la tocineta durante cinco minutos sin que se queme.
3. Añadir la carne y sofreír de nuevo otros cinco minutos.
4. Añadir los vegetales, cocinar a fuego medio diez minutos. Añadir el tomate concentrado. Salpimentar al gusto. Reducir el fuego y dejar cocinar todo durante dos horas o hasta que la carne esté blanda.
5. Mientras en una sartén echar la mantequilla, sofreír los champiñones limpios y cortados en láminas. Cocerlos cinco minutos hasta que ablanden un poco. Añadirlos a la olla con la carne. Gradualmente añadir caldo de carne para que la carne quede cubierta siempre por el líquido.

Agradecimientos A La Persona Que Sugiere El Plato:

Sr. Miguel Vargas

Anato
Asociación Colombiana de Agencias de Viajes y Turismo



www.ctmenlinea.com.co

LÍNEAS DE ATENCIÓN: **(571) 602 9777 (57) 3138270049**

✉ jefe.operaciones@ctmenlinea.com.co

✉ reservas2@ctmenlinea.com.co

✉ gerentecomercial@ctmenlinea.com.co