



RAGÚ DE TERNERA

DIFICULTAD PREPARACIÓN COCINADO
Intermedio 20 min 1h 30 min

Ingredientes

Aguja, aleta o falda de ternera: 1 kg
Harina blanca de trigo: 100 g
Cebollas medianas: 2
Zanahorias: 2
Nabo: 1
Aceite de oliva: 1 dl
Caldo de carne: 1/2 l
Concentrado de tomate: 1 cucharada
Ramillete de hierbas aromáticas: (tomillo, perejil, laurel, pimienta)
Sal



Preparación

1. Retirar la grasa y nervios de la carne y cortarla en dados bastante gruesos. Mezclar la harina con pimienta y sal y enharinar la carne.
2. Dorar la carne a fuego vivo en una cazuela con el aceite de oliva. Una vez dorada, retirarla y reservarla.
3. Bajar el fuego, incorporar la cebolla cortada en rodajas y rehogarla bien.
4. Agregar una cucharada de harina y rehogar. Mojar con el caldo caliente, añadir el concentrado de tomate, pimienta y sal. Dar un hervor, añadir la carne reservada y el ramillete de hierbas. Tapar y dejar cocer a fuego lento durante 1 hora.
5. Media hora antes de terminar la cocción, añadir las zanahorias y el nabo cortados en dados (también puedes añadir patatas troceadas).
6. Probar antes la sazón, retirar el ramillete de hierbas y servir muy caliente.

AUTOR	NOMBRE DEL DOCUMENTO	REFERENCIAS DEL DOCUMENTO			Página 1 de 1
		Grupo	Edición/Revisión	Fecha	
JuCaSaTa	Ragú de ternera	Carnes	01	21-12-2025	