

Fricandó con vasitos de arroz

Ingredientes para 200 grs de picada:

- 4 ñoras sin tallo y sin semillas
- 50g de almendras tostadas
- 50g de avellanas tostadas
- 3 nueces
- 1 puñado de piñones tostados ligeramente
- 4-5 dientes de ajo
- 1 ramita de perejil



Ingredientes para el Fricandó

- 25g de setas deshidratadas (moixarnons)
- 350g agua caliente
- 300g cebolla cortada en cuartos
- 2-3 dientes ajos
- 100g aceite oliva virgen
- 100g tomate triturado (natural o en conserva)
- Sal y pimienta
- 50g harina
- 800g filetes finos de ternera (tiernos de la culata o llana)
- 50g de picada
- 100g brandy o vino
- 500 de caldo y 300 de arroz de grano redondo para 10 vasitos.

Preparación:

1. Poner en el vaso limpio y seco las ñoras y pulverizar programando **5 seg/vel 6**.
2. Incorporar las almendras, las avellanas, las nueces y los piñones. Programar **7 seg/vel 6**.
3. Agregar los ajos y el perejil y programar **7 seg/vel. 6** Comprobar que está bien triturado y si no es así, bajar con la espátula los restos de picada de la tapa y de las paredes del vaso hacia las cuchillas y volver a triturar **5 seg/vel 7**. Retirar y reservar.
NOTA: Con esta cantidad se obtienen unos 200g de picada. Utilizar 50g para preparar el fricandó y guardar el resto en un tarro hermético en la nevera (le servirán de base para otros guisos). En la nevera dura 1 mes aprox. O congelar, si de momento no la vamos a usar, en un bote o tupper hermético.
4. Poner en un bol las setas con el agua para hidratarlas durante 15 min.
5. Poner en el vaso la cebolla, los ajos y el aceite y programar **3 seg/vel 5**.
6. Sofreír, **10 min/varoma/vel cuchara**.
7. Añadir el tomate, salpimentar y programar **5min/varoma/vel cuchara**.
8. Salpimentar y enharinar, ligeramente la carne, programar **2 min/varoma/giro izquierda/vel cuchara** e ir poniéndola por el bocal.
9. Incorporar la picada, las setas, el agua de remojarlas y el brandy. Programar 30 min/varoma/giro a la izquierda/ vel cuchara.
10. Aprovechamos para preparar los vasitos de arroz y pesamos en cada uno 50 de caldo y 30 gr de arroz, dentro del varoma. Los ponemos en los últimos 15 min. Volcar el fricandó en una fuente y servir. Los vasitos los dejamos reposar en el varoma para que reposen y no se enfríen. Los desmoldamos para montar el plato.

Tiempo: 45 Minutos

Raciones: 4 a 6

