Ternera al chilindrón con cuscús

Ingredientes para 6 personas

- 50 g de aceite de oliva
- 3 dientes de ajo
- 150 g de cebolla cortada en dos
- 150 g de pimiento verde troceado
- 150 g de pimiento rojo troceado
- 50 g de vino blanco
- 1000g de ternera sin nervios
- 50 gr de agua
- 200 g de tomate frito
- 1 pastilla de caldo de carne
- 1 pellizco de pimienta
- 1 pellizco de nuez moscada molida
- 250 g de champiñones laminados
- 250 g de cuscús
- 250 g de agua
- 1 cucharadita de sal

Preparación

1. Ponga en el vaso el aceite y los dientes de ajo. Trocee 6 seg/vel 5 y sofría 3 min/Varoma/vel 1.
2. Añada la cebolla, el pimiento verde y el rojo y trocee 4 seg/vel5.
3. Con la espátula, baje las verduras hacia el fondo del vaso y rehogue 10 min/Varoma/vel 1. El el último minuto añada el vino blanco por el bocal.
4. Incorpore la ternera, el agua, el tomate frito y la pastilla de caldo, la pimienta y la nuez moscada y programe 20 min/Varoma/giro inv/vel cuchara. Mientras tanto forre el varoma con papel de hornear mojado y escurrido y reserve.
5. Agregue al vaso los champiñones laminados. Sitúe el recipiente Varoma en su posición y ponga el cuscús y el agua. Espolvoree con la sal , riegue todo con un chorrito de aceite de oliva y mezcle con la espátula. Tape el varoma y programe 10 min/varoma/giro inv/vel 1. Vierta en una fuente y sirva caliente.

Tiempo: 5 min preparación / Total 45 min

Raciones: 8