

FRICANDO



Ingredientes:

Picada

- 4 ñoras sin tallo y sin semillas
- 50 gr. de almendras tostadas
- 50 gr. de avellanas tostadas
- 3 nueces
- 1 puñado de piñones tostados
- 4-5 dientes de ajo
- 1 ramita de perejil (solo las hojas)

Fricandó

- 25 gr. de setas deshidratadas
- 350 gr. de agua caliente
- 300 gr. de cebolla cortada en cuartos
- 2-3 dientes de ajo
- 100 gr. de aceite de oliva virgen
- 100 gr. de tomate triturado
- Sal y pimienta
- 50 gr. de harina
- 1000 gr. de filetes finos de ternera
- Picada
- 100 gr. de brandy o vino

Preparación de la picada:

1. Ponga en el vaso limpio y seco las ñoras y pulverice programando 5 seg/vel.6
2. Añada las almendras, las avellanas, las nueces y los piñones y programe 7 segundos a velocidad 6 .
3. Agregue los ajos y el perejil y programe 7 segundos a velocidad 6. Compruebe que está bien triturado y si no es así, baje con la espátula los restos de picada de la tapa y del interior del vaso hacia las cuchillas y vuelva a triturar 5 segundos a velocidad 7. Retire y reserve.

Nota: Se obtienen unos 200 gr. de picada, como solo necesitaremos 50 gr., para el fricandó, guarde el resto en un tarro en la nevera

Preparación del fricandó:

1. Ponga en un bol las setas con el agua para hidratarlas, mientras iniciamos el sofrito.
2. Ponga en el vaso la cebolla, los ajos y el aceite y programe 3 segundos a velocidad 5.
3. Sofría programando 10 minutos a varoma y velocidad cuchara.
4. Añada el tomate, salpimente y programe 5 minutos/varoma y velocidad cuchara.
5. Salpimente y enharine ligeramente la ternera y añádala al vaso. Programe 2 minutos a varoma giro a la izquierda y velocidad cuchara.
6. Incorpore 50 gr., de picada, las setas, el agua de remojarlas y el brandy. Programe 30 minutos, varoma, giro la izquierda y velocidad cuchara.
7. Vuelque el contenido en una fuente y sirva caliente.

Tiempo: 50 minutos

Raciones: 5

