

thermomix

Carrillada al tomillo con Menestra de verduras



TM-31

INGREDIENTES PARA 6 RACIONES:

Kcal/Ración 481,5

Tiempo de preparación: 10 min

Total 1 h 10 min

- 200 g de cebolla
- 7 dientes de ajo
- 1 pimiento rojo seco (sin péndulo ni semillas)
- 60 g de aceite de oliva virgen extra (y un poco más para regar la menestra)
- 150 g de vino tinto (Rioja, Ribera)
- 1 ½ pastillas de caldo de carne
- 200 g de agua
- 1 cucharadita de tomillo seco
- ½ cucharadita de romero seco
- 1-2 pellizcos de pimienta negra molida
- 1,300 g de carrilladas de cerdo ibérico (cortadas por la mitad salpimentadas)
- 1-2 hojas de laurel
- 750-1000 g de menestra de verduras (si es congelada, previamente descongelada y escurrida)
- ½ cucharadita de sal

PREPARACION:

- Pon en el vaso la cebolla, los ajos y el pimiento y trocea 3 seg Vel 5.
- Con la espátula, baja los ingredientes hacia el fondo del vaso. Añade el aceite y sofríe 12 min Varoma Vel 1.
- Incorpora el vino y programa 1 min Varoma Vel 1 sin poner cubilete para favorecer la evaporación del alcohol.
- Añade la pastilla de caldo y el agua y tritura 30 seg Vel 10.
- Agrega el tomillo, el romero, la pimienta, las carrilladas y el laurel. Mezcla bien con la espátula y rehoga 20 min Varoma Giro Inverso Vel cuchara.
- Sitúa el recipiente Varoma en su posición y pon la menestra. Tapa y programa 30 min Varoma Giro Inverso Vel cuchara.
- Retira el Varoma y vierte la carne en una fuente honda. Sirve con la menestra espolvoreada con la sal y regada con un chorrito de aceite de oliva.

SUGERENCIAS

En la bandeja Varoma puedes cocinar al mismo tiempo 4 peras en papillote, cortadas en láminas de 5 mm. Y espolvoreadas con canela.

Para obtener una salsa más espesa, añade al final de la cocción, 1 cucharada rasa de maicena disuelta en medio cubilete de agua fría y programa 5 min 100°C Giro Inverso Vel cuchara.

