

Carne compuesta

Ingredientes:



- 1 k. de carne de morcillo de añejo cortada en dados de 3 ó 4 cms.
- 1 cebolla
- 4 ó 5 dientes de ajo
- 250 grs. de tomate triturado
- 2 ó 3 zanahorias medianas
- 1 vaso de vino blanco
- 1 cda. de pimentón dulce
- 1 rama de tomillo fresco (o 1 cda. de tomillo seco)
- 1 cda. de orégano
- 2 ó 3 clavos enteros
- 1 cdta. de comino molido
- 2 hojas de laurel
- Aceite de oliva virgen
- Agua
- Sal marina
- Papas para acompañar o arroz



Cómo se hace:

1. Quita la **grasa** y las partes duras de la carne hasta que quede muy limpia y la **sazonas con sal y pimienta negra**.
2. En un caldero mediano añade un poco de **aceite de oliva virgen**, sólo que cubra el fondo, y cuando esté caliente **vas friendo los trozos de carne** por tantas, a fuego fuerte dándoles vuelta para que queden bien dorados por todos lados. Los vas reservando en una bandeja aparte (no pongas mucha carne de una vez porque entonces baja la temperatura del aceite y la carne no se doraría sino que se guisaría).
3. Pela **los ajos y la cebolla** y trocéalo todo muy pequeñito (en brunoise). En el mismo caldero y con el mismo aceite de freir la carne (si ves que es mucho aceite quita un poco o por el contrario si la carne lo ha embebido todo añade un poco más) **sofríe la cebolla y los ajos** a fuego lento hasta que estén doraditos y blandos.
4. Añade **el tomate triturado** y sofríe un poco más hasta que veas que el tomate espesa.
5. Añade **el pimentón, el tomillo, los clavos, el orégano y el comino** y rehoga todo 1 minuto sin dejar de remover, incorpora entonces **la carne reservada, la zanahorias peladas y cortadas en rodajas finas, las hojas de laurel, sal al gusto, el vaso de vino blanco y añade un poco de agua** (sólo hasta que cubra) remueve todo bien, tapa el caldero y déjalo cocinar durante unos **40 minutos** aprox. a fuego lento, remueve de vez en cuando.
6. Transcurrido este tiempo comprueba el punto de la carne y rectifica de sal si fuera necesario, si la salsa te ha quedado muy aguada, destapa el caldero, sube el fuego al máximo y añade una cucharada de maicena exprés y remueve, ya verás como enseguida coge cuerpo la salsa, si no añade un poquito más de maicena.
7. Acompáñalo de **papas fritas** cortadas en cuadrados o de **arroz blanco**.