

PLATEADA AL JUGO

Si tienes una olla de cocción lenta (*slow cooker*), en vez de cocinar la plateada al horno, puedes hacerlo en tu olla de cocción lenta por 4 horas.



Ingredientes (4 porciones)

- 1,5 kg de Plateada
- 1 cucharada de aceite de coco
- 1 cebolla grande, en corte pluma
- 1 pimentón rojo, en julianas
- 2 zanahorias medianas, en rodajas
- 1 cucharadita de sal de cáhuil
- ½ cucharadita de pimienta molida
- 1 ramita de romero
- 2 hojas de laurel
- 1½ taza de agua
- ½ taza de vino blanco (opcional)

Preparación

1. En una cacerola, calentar el aceite y sellar la plateada por todos lados hasta que quede dorada. Retirar la carne de la olla y reservar.
2. En la misma olla saltear las cebollas, zanahorias y pimentón hasta dorar. Añadir el vino blanco y cocinar hasta que el alcohol se evapore. Agregar la hoja de laurel y la ramita de romero, condimentar con sal y pimienta y volver a poner la carne y cocinar por unos minutos.
3. Colocar la preparación en una fuente para horno y cubrir todo con el agua y hornear a fuego lento. Revolver de vez en cuando.
4. Después de 4 horas, retirar la fuente del horno. Separar la carne y trozar. En una procesadora de alimentos, moler los ingredientes restantes hasta obtener una salsa homogénea.
5. Servir de inmediato.