

PLATO DE FONDO

PLATEADA AL JUGO



Ingredientes:

- Aceite De Oliva
- 2 kilos aprox de plateada
- 2 cebollas
- 1 zanahoria
- 1/2 pimentón
- Sal
- 1 cucharadita de pimienta limón
- 1 cucharada de ají de color
- 1 cucharadita de ajo en polvo
- 1 cucharadita de cebolla en polvo
- Los Aliños que más te gusten
- 1 taza de vino blanco
- Agua
- 1 1/2 taza de salsa de tomates

Preparación

- Poner un sartén a fuego fuerte, agregar aceite de oliva y cuando esté muy caliente, poner 2 kilos aprox de plateada y dorar por ambos lados. Retirar. Reservar.
- En el mismo sartén agregar un poco más de aceite de oliva + 2 cebollas + 1 zanahoria + 1/2 pimentón + una cucharadita de sal + 1 cucharadita de pimienta limón + 1 cucharada de ají de color + 1 cucharadita de ajo en polvo + 1 cucharadita de cebolla en polvo + los aliños que más te gusten.



- Cocinar por un par de minutos para mezclar los sabores y agregar 1 taza de vino blanco + el agua necesaria para cubrir toda la carne + 1 1/2 taza de salsa de tomates.
- Espera que vuelva a hervir y baja el fuego al mínimo, tapa la olla y deja cocinar por tres horas y media hasta que la carne esté tan blanda que la puedas cortar con la cuchara.
- Durante la cocción pasa una cuchara de palo por el fondo de la olla de vez en cuando para confirmar de qué no se pegue nada.
- Si es necesario, puede agregar más agua durante la cocción, para que quede bien jugoso.

