

Breseado o braseado

Vamos a ver el breseado o braseado, una de las técnicas de cocción más adecuadas si queremos trabajar piezas grandes de carne. Te enseñaremos cómo se hace una bresa con vegetales. También, cómo se deben añadir grasas y líquidos para que la carne quede siempre en su punto. Encontrarás la explicación de la concentración y la expansión de los jugos, dos procesos que se dan durante la cocción. Y te daremos las claves de tiempo y temperatura para bresear tanto las carnes, como los pescados.

Preparación

Calentamos una olla con aceite y doramos la carne para que se vaya sellando. Volteamos para que se dore por toda la superficie. Mientras se dora la carne, cortamos las diferentes verduras. A la carne le añadimos el aceite y la bresa de verduras. Tapamos y bajamos fuego, dejando que se haga lentamente la carne hasta que se quede tierna. Añadimos vino blanco cuando esté comenzando a secarse, y salpimentamos. (Opcionalmente podemos hornear la carne, cambiándola a una cocotte con una masa que haga de sellado de la tapa).

Ingredientes

1'5 kg de carne bridada
1 puerro
1 cebolla
2 zanahorias
1 tomate
2 dientes de ajo
150 ml de vino blanco
Laurel
Aceite de oliva
Sal
Pimienta

Utensilios

Cuchillo
Hilo de bridar
Cocotte
Ollas
Espátulas
Espumadera

Pinzas
Cuchillo

Instructor destacado

Sergio Fernández

ARCOS

 **BOSCH**
Innovación para tu vida


SUPERMERCAD