



*boeuf bourguignon*

Ingredientes para 4 personas:

175 gr de panceta fresca o ahumada

750 gr de buey, vaca o ternera

1 zanahoria

1 cebolla

3 vasos de vino tinto

3 vasos de caldo de carne

1 hoja de laurel

1 atadillo de hierbas aromáticas (tomillo,  
romero)

1 cucharada de concentrado de tomate

2 dientes de ajo

mantequilla, sal, pimienta negra

acompañamiento:

250 gr de champiñones

mantequilla

cebollitas glaseadas:

20 cebollitas francesas

mantequilla

1/2 vaso de caldo de carne

### Preparación:

Retiramos la corteza de la panceta, troceamos y freímos en una sartén, colocamos en la olla de cocción lenta.

Secamos con un papel la carne troceada, salpimentamos y freímos en la misma sartén, añadimos a la olla de cocción lenta.

En la misma sartén freímos durante 5 minutos la zanahoria cortada en rodajas y la cebolla en juliana, añadimos a la olla de cocción lenta.

A todo lo anterior incorporamos el caldo de carne, vino tinto, ajos majados, concentrado de tomate, hierbas aromáticas y laurel.

Cocinamos durante 5 horas a BAJA.

Cuando hayan transcurrido 4 horas preparamos los champiñones y las cebollitas francesas.

Lavamos, secamos y troceamos en cuatro los champiñones. Salteamos en una sartén con una nuez de mantequilla.

Pelamos las cebollitas y salteamos en una sartén durante 8-10 minutos junto con una nuez de mantequilla, bajamos a fuego bajo, añadimos el caldo de carne y cocinamos durante 30 minutos.

Incorporamos los champiñones y las cebollitas con su jugo a la olla de cocción lenta y cocinamos otra hora más a BAJA.

Dejamos reposar, mejor de un día para otro, antes de degustar.

[Con las zarpas en la masa](#)

