



Chary Serrano recomienda:

RABO DE TORO CORDOBÉS

Ingredientes para 4 comensales:

- 1 rabo de toro, troceado.
- 1 cebolla añeja, mediana.
- 1 tomate pelado y sin pepitas.
- 1 zanahoria.
- 2 clavos de olor.
- 4 dientes de ajo.
- 1 hoja de laurel.
- 1 cucharadita rasa de Pimentón dulce.
- 1 cucharadita de pimienta negra en grano.
- 1 cucharadita rasa de sal.
- 1 cdta. de azafrán.
- 120 ml. de aceite de oliva virgen extra D.O. Baena (**AOVE D.O. Baena**).
- 120 ml. de vino blanco Oloroso.



© Fotografías de: Chary Serrano.

Picar finamente la cebolla, ajo, tomate y zanahoria y pochar en la olla a presión, con **AOVE D.O. Baena** y sal. Cuando está casi hecho, agregar el rabo y marear bien, echar el vino y seguir mareando hasta que se evapore. Poner pimentón y azafrán, dar una vuelta y echar 2 vasos de agua caliente, sal y pimienta y cerrar la olla.

Dejar a la presión 30 min. aproximadamente (depende de la olla).

Abrir la olla y verificar si están tiernos, hay que tener en cuenta que no debe desprenderse la carne del hueso, pero debe estar tierna para poder retirarla con facilidad.

Dar un hervor a fuego muy vivo para mezclar bien los ingredientes y **mover siempre agitando la olla sin tocar la carne**, porque si la manipulamos corremos el riesgo de que se desprenda del hueso. Probarlo y rectificar si fuese necesario.

TRUCOS!!

1 - De un día para otro coge mejor el sabor.

2 - Para que no se pegue al calentar: Poner la olla sobre una cacerola con agua hirviendo, manteniéndolo al fuego el tiempo necesario para que esté bien caliente.

ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA



BAENA DOÑA MENCIA LUQUE NUEVA CARTEYA ZUHEROS ALBENDIN CASTRO DEL RIO CABRA



Siempre, en su mesa
Denominación de Origen Baena

Baena