

RECETA TRADICIONAL DE GUISO DE RABO DE TORO CORDOBÉS.



CATEDRA DE
GASTRONOMÍA
de Andalucía

Guiso de Rabo de Toro Cordobés



Cofradía Gastronómica del
Rabo de Toro
CORDOBÉS

Ingredientes para 4 comensales:

1 rabo de toro = 2000 g. (1800 g. pulido)

3 cebollas grandes = 475 g.

2-3 zanahorias grandes = 250 g.

4 tomates grandes maduros = 500 g.

1/2 vaso de **aceite de oliva virgen extra** = 100 g.

2 vasos de **vino amontillado Montilla-Moriles** = 450 g.

8 dientes de ajo morado de Montalbán = 40 g.

Sal común = 30 g.

12 granos de pimienta negra enteros o aplastados = 5g.

Unas hebras de azafrán = 0,15 g.

6 clavos de olor (opcional) = 5 g.

Agua del grifo o mineral = 1200 g.

¿Cómo preparar el Rabo de Toro Cordobés?

Es preferible prepararlo la víspera en la que se va a consumir.

Pulir los rabos de toro, quitar la grasa y las zonas más duras. Reservar. Cortar las cebollas en trozos regulares y rehogar con el aceite de oliva en una gran cacerola, donde debe haber sobradamente los rabos.

Después de tres minutos, añadir los ajos cortados en láminas o sencillamente aplastados. Cuando estén transparentes incorporar la zanahoria, cortada en rodajas regulares. Saltear durante seis minutos y añadir el tomate cortado en gajos y sin pelar.

Dar una vuelta a la verdura, rompiéndola bien y añadir los rabos de toro, removiendo minuciosamente, para que absorban el sofrito. Inmediatamente incorporar el azafrán machacado en el mortero, también el vino. Cubrir hasta arriba con agua y añadir el clavo y la pimienta negra. Sazonar. Mantener a fuego vivo hasta que hierba, espumar y bajar el fuego, ahora debe estar suave. Semitapar la cacerola y mantener a fuego suave durante dos horas. Si hiciera falta, añadir más agua durante la cocción. Los rabos estarán listos cuando la carne se desprenda del hueso.

Apagar el fuego, tapar y dejar reposar hasta que se enfríe completamente. Retirar los rabos de la cacerola y triturar perfectamente y metódicamente el líquido de cocción. Debe quedar una salsa untuosa y rica. Después introducir los rabos de nuevo en la salsa y calentar.

Servir acompañado de unas patatas fritas.

Receta estándar obtenida por Rafael Moreno Rojas y Almudena Villegas Becerril de la Cátedra de Gastronomía Andaluza.



Cofradía Gastronómica del
Rabo de Toro
CORDOBÉS