

CARRILLERAS EN SALSA (receta para 4pax)

- 600 g. de carrilleras de cerdo Mangalica.
- 2 cebollas grandes.
- 3 zanahorias.
- Un vaso de vino tinto.
- Una hoja de laurel.
- Un diente de ajo grande.
- Aceite de oliva virgen extra.
- Sal.
- Pimienta negra.
- Un vaso de agua.



- 1.** En una cazuela, calentar aceite de oliva virgen extra en cantidad suficiente para que cubra el fondo.
- 2.** Trocear las carrilleras en porciones no muy grandes. Salpimentar y sellar a fuego fuerte en la cazuela.
- 3.** Retirar las piezas de carne y, en ese mismo aceite, freír un ajo grande pelado y entero, la cebolla en trozos grandes y la zanahoria en rodajas de un dedo de grosor.
- 4.** Cuando la cebolla esté pochada, volver a incorporar la carrillera y la hoja de laurel, y cubrir con vino tinto y agua.
- 5.** Dar un hervor rápido y, a continuación, bajar el fuego al mínimo y dejar cocer durante dos horas.
- 6.** Pasado ese tiempo, sacar de la cazuela la carne y la mitad de la verdura. Con la otra mitad y el caldo de cocción, hacer una salsa.
- 7.** Calentar la salsa para que quede bien ligada.
- 8.** Emplatar cubriendo el fondo del plato con la salsa y colocando a continuación una ración de carne y verduras.

