

# Jarrete de ternera Gallega estofada al Mencía



**Recetízate**  
Las recetas que hablan de ti  
[www.recetizate.com](http://www.recetizate.com)

**Creador:** Eva Codina



**Tiempo:** + de 2 horas

**Dificultad:** Intermedia

**Tipo de plato:** Segundo plato

**Tipo de cocina:** Normal

**Otros:** Cocina Tradicional

**Coste:** Medio

**El truco de esta receta:**

Si queréis un sabor más suave podéis poner 100 ml. de vino menos y añadirse los de agua, pero os lo recomiendo tal cual, no resulta fuerte.

## Descripción:

Jarrete o Xarrete es un plato típico de la cocina tradicional gallega, especialmente en la zona de Santiago de Compostela, y generalmente se preparan guisados. En la cocina catalana, se incluye dentro del Cocido catalán "Escudella i Carn d'Olla" como una de las piezas de carne. En el Norte de España se le suele llamar Zancarrón al hueso del jarrete descarnado con su tuétano.

## Ingredientes para 4 personas :

- 1 kg. de jarrete de ternera gallega
- 2 patatas
- 1 pimiento rojo
- 1 pimiento verde
- 1 cebolla
- 3 zanahorias
- 1/2 litro de vino de Mencía
- Aceite de oliva
- Pimienta
- Sal

## Preparación:

### Paso 1

En una sartén con un poco de aceite, se dora el jarrete cortado en trozos más bien grandes (yo lo corté en 4 trozos), se sala y se pasa a la olla donde lo vayáis a estofar. En otra sartén, se pochan los pimientos cortados en paisana (en dados pequeños), la cebolla y la zanahoria en rodajas. Se añaden estas verduras al jarrete, se cubre con el vino y se deja reducir a fuego lento, tapado, durante unas dos horas, o hasta que la carne esté tierna al pincharla con el tenedor. A media cocción, probar y salpimentar la salsa a vuestro gusto. En una cacerola aparte, se cuecen las patatas cortadas en rodajas no muy gruesas. Se sirve el jarrete sobre las patatas rodeado

*de las verduras. Yo retiré las zanahorias y trituré el resto de la salsa en el chino, luego lo volví a cocer todo junto un minuto más, pero podéis hacerlo sin triturarlas si os gusta más.*