

# Lengua de Ternera en salsa



**Dificultad:** □□□□□

Tiempo de preparación: 0min , Tiempo de cocción: 0min  
Tiempo total: 0min , Número de porciones: 4

0 Calorías , 0 g Azúcares , 0 g Grasas , 0 g Proteínas

**Autor:** Maria

**Url:** <https://srecetas.es/lengua-de-ternera-en-salsa>

## Preparación

Calentar en la cazuela 1 chorreon de aceite de oliva. Una vez caliente incorporar la lengua dorandola a fuego lento, hasta que este bien dorada por todas partes. Retirar los restos de grasa que pudieran quedar. Añadir la cebolla, los dientes de ajo pelados pero enteros, las zanahorias y el puerro. Reogar todo a fuego suave durante unos 10 min. Verter el vino y dejar que hierva hasta que se evapore. Echar los granos de pimienta, la salsa de tomate y terminar de cubrir la lengua con agua caliente. Sazonar y tapar la cazuela. Dejar hervir hasta que la lengua este tierna (aproximadamente unos 70min.) (Si utilizas olla a presion más o menos 40 min.) Sacar todas las verduras y triturarlas, una vez trituradas ir añadiendo el caldo hasta que quede una consistencia de salsa ligera. Cortar la lengua en escalopes gruesos de aproximadamente medio centimetro. Introducir los escalopes en la salsa que tenemos al fuego y dar un ligero hervor a fuego suave. Rectificar de sal y dejar reposar (al menos 24 horas).

## Ingredientes

- 1 unidad/es Lengua de ternera
- 1 unidad/es Cebolla picada
- 2 Ajos picados
- 2 zanahorias rayadas
- 1 Puerro picado
- 1 vaso Vino blanco
- 50 grs. Tomates triturados
- 1 puñado Pimienta
- 4 cucharada/s Aceite de oliva
- Agua c/n
- 1 poco de Sal

## Categorías

Un día normal, Invierno, Costosa, Comida para todos los días, Familia, Plato Principal

### ▣ Tip para la receta

Se puede acompañar con papas fritas

