



Redondo de TERNERA

Ingredientes:



1 kg de redondo de ternera



1 cebolla dulce



3-4 chalotas



Aceite de oliva



210ml de vino blanco



Pimienta molida y en grano



2 zanahorias



Laurel



Tomillo



2 dientes de ajo



Sal



2 pastillas de caldo de carne

Preparación:

- Salpimienta el redondo. Añade 1c.s de aceite de oliva en la olla del AutoCook. Selecciona el programa **Freír suave** y la opción **Corto**. Pulsa el botón de **Inicio**. Una vez que termine la fase de precalentamiento vuelve a iniciar el programa volviendo a pulsar el botón de **Inicio**. Introduce el redondo y dóralo por todos los lados con la **tapa abierta**. En el último minuto saca el redondo fuera y resérvalo. Echa la mitad del vino blanco a la olla del AutoCook para desglasar.

- Selecciona el programa **Estofar** y la opción **Medio**. Pulsa el botón de **Inicio** para **fase 1**. Añade la verdura troceada, sal y 1 c.s de aceite de oliva. Remueve y deja cocinar con la **tapa abierta**. Al final de la fase 1 añade las pastillas de caldo y remueve.

- Cuando la primera fase se haya terminado no apagues ni modifiques el programa.

- Introduce en la olla la pieza de redondo, el tomillo, el laurel, la pimienta en grano, la sal, 70 ml de agua y el resto de vino blanco. **Cierra la tapa** y bloquea la tapa con el botón giratorio. Ajusta manualmente 15 minutos en el temporizador. Pulsa el botón de **Inicio** para la **fase 2**.

- Para servirlo saca el redondo de la salsa y córtalo en rodajas de 1 cm y medio de grosor. Tritura la salsa y ponla en una salsera aparte. Queda muy bien acompañado de puré de patatas (consulta la receta del puré).

Consejo de Bosch:

El redondo estará más jugoso si antes de cocinarlo lo mechamos con unos trozos de tocino.

RACIONES: 6-8

Programa: Estofar medio

Calorías por porción (con 12 porciones): 278 kcal

Tiempo de cocción (sin precalentamiento):

AutoCook - 40 min.

AutoCook Pro - 40 min.