



Redondo de ternera con salsa de limón y puré de boniato

Sin Gluten

Ingredientes 2-4 personas

Aceite de oliva virgen extra
1 redondo de ternera de 1 kg
Sal
Pimienta
2 Cebollas
2 Dientes de ajo
El zumo de 1 Limón (40 ml aprox.)
2 Hojas de laurel
1 Sobre de Azafrán
Perejil fresco
70 ml de coñac o vino blanco

Para el puré

200 g de Boniato
Sal
56.67 ml de Leche (aprox.)
0.67 Cucharadas de mantequilla

Pimienta

Ingredientes 6-10 personas

Aceite de oliva virgen extra

1 Redondo de ternera de 2.5 kg

Sal

Pimienta

7 Cebollas

7 Dientes de ajo

El zumo de 4 Limones

3 Hojas de laurel

2 Sobres de Azafrán

Perejil fresco

170 ml de coñac o vino blanco

Para el puré

750 g de Boniato

Sal

215 ml de Leche

2 Cucharadas y media de mantequilla

Pimienta

Ingredientes 12-16 personas

Aceite de oliva virgen extra

1 redondo de ternera de 4 kg

Sal

Pimienta

12 Cebollas

12 Dientes de ajo

El zumo de 6 Limones

5 Hojas de laurel

3 sobres de Azafrán

Perejil fresco

270 ml de coñac o vino blanco

Para el puré

1200 g de Boniato

Sal

340 ml de Leche (aprox.)

4 Cucharadas de mantequilla

Pimienta

Preparación

En una cazuela muy caliente ponemos una cantidad generosa de aceite y sellamos el redondo de ternera salpimentado hasta que tenga un tono bien dorado por todas sus caras. Retiramos el redondo y, en la misma cazuela, cocinamos las cebollas cortadas en cuartos y los dientes de ajo y, cuando estén muy dorados, volvemos a incorporar el redondo. Añadimos el zumo de limón, las hojas de laurel, el azafrán, un puñado de perejil picado, sal, pimienta y, por último, el coñac. Esperamos 2 minutos a que se evapore el alcohol y cubrimos con agua (unos 300 ml aprox.). Tapamos y cocinamos a fuego lento 25 minutos. El tiempo dependerá del tamaño del redondo y de lo hecho que nos guste, pero calculemos 17 minutos por kilo de carne. Para hacer el puré, pelamos el boniato, lo cortamos en trozos y lo cocemos en agua con sal hasta que al pincharlo esté blandito. Lo chafamos con un tenedor, añadimos la leche caliente y la mantequilla y, con la ayuda de unas varillas, emulsionamos bien. Salpimentamos y rectificamos añadiendo más leche si queremos que quede más ligero. Servimos la carne con la salsa y el puré.

Notas

Si queremos la salsa más reducida, retiramos la carne, subimos el fuego y cocinamos hasta lograr la textura deseada. También podemos triturlarla.