



## ALETA DE TERNERA RELLENA

Esta es una de esas recetas que te hacen quedar como una reina ( o un rey) cuando la presentas en la mesa. Por su colorido y vistosidad es muy adecuada para una reunión familiar. Se puede tener preparada con antelación (incluso de víspera) y calentarla y servirla en el último momento.

Ingredientes Para la salsa:

- 3 zanahorias
- 2 cebollas
- 2 dientes de ajo
- 1 manzana reineta (opcional)
- 1 vaso de vino blanco
- 1 pastilla de carne o caldo casero de carne
- aceite de oliva virgen extra

Se enharina y se fríe la aleta rellena a fuego muy fuerte para sellar la carne y se coloca en la olla expres rápida o en una cacerola tradicional que nos entre.

En el aceite sobrante se ponen las zanahorias peladas y troceadas, las cebollas troceadas groseramente , los ajos y la manzana pelada y troceada. Cuando se sofría bien se añade el vino, y cuando hierva unos minutos se añade sobre la carne. Se ponen dos vasos de agua y la pastilla de carne y se deja cocer unos 40 minutos en dicha olla.

Si se hace en olla tradicional se pone agua hasta que casi cubra la carne y se deja cociendo a fuego medio como unas dos - tres horas, hasta que al pincharla con una brocheta entre suavemente.

Se deja enfriar la carne y la salsa ( si tiene mucho caldo se deja evaporar a fuego fuerte) se pasa por la batidora .

Cuando se vaya a servir se corta la carne en rodajas, se ponen en una fuente y se calienta un poco en el horno tapada por papel de aluminio, y se sirve con la salsa bien caliente.

Se puede acompañar de patas fritas o puré espeso de patatas.  
Espero que os gusten.

Fuente: <http://lacocinadeori.blogspot.com.es> , [www.lacocinadelechuza.com](http://www.lacocinadelechuza.com)

