

Caldo de res

Ingredientes:

2 lb Carne o costillas de bolovique

1 lb Hueso para el caldo, sin carne (para añadir sabor)

2 Güisquiles o peruleros cortados en cuatro trozos cada uno

4 Papas medianas cortadas por la mitad

3 Zanahorias medianas, cortadas en trozos grandes

1/2 repollo cortado en varios pedazos

2 Maíces medianos cortados en tres o cuatro pedazos

1 Cebolla grande

1 Yuca

4 Tomates pelados y picados

2 Dientes de ajo, picados

1 Pimiento cortado en pequeños trozos

Unas cuantas ramitas de cilantro

2 Hojas de laurel

Sal al gusto

Receta

1 En una olla con suficiente agua, coloque la carne cortada en trozos, el hueso para cocinar, dos hojas de laurel, dos dientes de ajo y sal. Cocinar durante 2 horas. Si es una olla de presión, entonces cocine durante 40 minutos.

2 En una sartén con aceite, freír la cebolla, el tomate picado y los dos dientes de ajo y freír un poco con sal. (sofrito)

3 Luego, agregue un poco más de agua a la olla y coloque primero las verduras más duras para cocinar, por ejemplo, la yuca, el maíz y las zanahorias. También agregue el sofrito (tomates fritos y cebolla). Continúe cocinando por unos 10 minutos.

4 Verter el resto de las verduras e ingredientes y hervir durante otros 15 minutos. Finalmente, servir en tazones profundos, adornar con perejil picado. Disfrutar de esta receta de caldo de res.

