

## LA RECETA

# GULASCH

CULTURA

04\_09\_2021



El gulash es un plato que ha cambiado considerablemente con el tiempo. Inicialmente era una sopa en la que se hervían trozos de carne y manteca de cerdo con zanahorias, cebollas, ajos, nabos, pimentón y hierbas: esto es lo que comen los cruzados en este artículo.

Tras el descubrimiento de América y la introducción de nuevas hortalizas en Europa, la

receta se enriqueció con tomates, varios ajís y patatas.

### **Ingredientes para 4 personas**

500 gr de ternera cortada en trozos  
1 litro y medio de caldo de res  
500 gr de puré de tomate  
1 vaso de vino tinto  
4 dientes de ajo  
2 cebollas grandes picadas en dados  
2 zanahorias cortadas en rodajas  
1 pimiento picado  
1 cucharadita de pimentón dulce (paprika dulce)  
1 pimiento picante seco desmenuzado  
Media cucharadita de semillas de comino  
4 cucharadas de aceite de oliva  
1 hoja de laurel  
1 manojo de perejil (opcional)  
Sal y pimienta negra

### **Preparación**

Dorar la cebolla en aceite caliente en una cacerola de lados altos. Cuando la cebolla esté blanda, agregar los trozos de carne y dorar durante 10 minutos, revolviendo con frecuencia. Verter el vino tinto y dejar que se evapore.

Agrega el pimentón y el comino, luego el puré de tomate, el laurel y el ajo. Remover y agregar el caldo caliente que debe cubrir abundantemente la preparación.

Tapar con la tapa y cocinar a fuego medio durante una hora y media, revisando y revolviendo de vez en cuando. Si es necesario, agregar agua caliente durante la cocción.

Finalmente, agregar el pimiento, la zanahoria, la sal y la pimienta y cocinar por media hora más.

Servir caliente, adornar con perejil picado. Se puede acompañar con pasta, puré de patatas o polenta.