Gotxei



PLATOS PRINCIPALES

Ternera con champis portobello y queso Eatlean

1 ración · 701 kcal

Ingredientes

- **150g** de ternera
- **1/2** tarrina de queso Eatlean de untar
- **1** bandeja de champis portobello
- **50 ml** de vino tinto
- **1** cebolla
- **1/4** repollo
- **1** zanahoria
- Jengibre en polvo

POR RACIÓN

Proteínas	**48 g**
Grasas	**34 g**
Hidratos	**50 g**
Fibra	**14 g**

Elaboración

REPOLLO

1. Cortar 1/2 cebolla en juliana, una zanahoria y 1/4 de repollo en tiras
2. Pochar a fuego medio
3. Añadir un poco de jengibre en polvo

CARNE

4. Marcar la ternera a fuego alto con AOVE y reservar
5. En esa misma sartén, a fuego medio, echar 1/2 cebolla y los champis previamente lavados y laminados
6. Cuando estén a medio hacer, echar el vino tinto y la carne, subir el fuego a tope y dejar al chup-chup hasta que se evapore
7. Una vez evaporado, echar el queso Eatlean y remover para que se integre bien hasta que se funda

RECOMENDACIONES

Es un acompañamiento buenísimo e ideal para meterle verduras al plato, se puede comer tanto con carnes como con pescado.

Hecho con CookNest

Todas las recetas de Gotxei

cooknest.app/@gotxei · Instagram @gotxei