

Chef Pepin



## Recetas del Chef Pepin

### **SOPAS**

### **GUISO DE CARNE**

#### *INGREDIENTES:*

- 1/2 Cucharada de aceite vegetal
- 1 Libra de carne de res (cortada en pedazos de 1 pulgada)
- 1 Pimiento verde pequeño
- 2 Ajíes dulces
- 1 Cebollas
- 2 Dientes de ajo
- 4 Hojas de culantro
- 1 Cucharada de vinagre
- 1 Hoja de laurel
- 1/4 Cucharadita de orégano seco
- 1/2 Cucharada de sal
- 1/4 Taza de salsa de tomate
- 1/4 Libra de zanahorias cortadas en ruedas
- 1 Libra de guisantes (Petit-Pois)
- 1/4 Libra de papas
- 1/2 Cucharada de alcaparras
- 3/4 Cucharadita de sal
- 3/4 Taza de pasas (opcional)

#### *PROCEDIMIENTO:*

En un caldero, calienta el aceite, añade la carne y mezcla a fuego moderado-alto hasta que pierda el color rojizo. Añade el pimiento verde y los ajíes sin semilla, la cebolla, los dientes de ajo y las hojas de cilantro cortados en pedacitos; el vinagre, el orégano, la salsa de tomate la hoja de laurel y la sal.

Chef Pepin



## Recetas del Chef Pepin

Mezcla hasta que hierva.

Reduce el fuego a bajo, tapa y cocina por 1 hora.

Añade las zanahorias y el líquido de los guisantes (reserva los guisantes).

Pon el fuego alto hasta hervir.

Reduce el fuego a bajo, tapa y cocina por 1 hora, o hasta que la carne esté casi blanda.

Agrega las papas, las aceitunas, las alcaparras, sal y las pasas.

Pon el fuego alto hasta hervir.

Reduce el fuego a bajo, tapa y cocina por 1 hora, o hasta que la carne esté blanda y los vegetales cocidos.

Añade los guisantes y cocina, destapado, hasta espesar la salsa a tu gusto.