

FRICANDÓ

INGREDIENTES: para 4 raciones

Picada:

- 1 ñora (sin semillas)
- 10 gr. de almendras tostadas
- 10 gr. de avellanas tostadas
- 2 nueces
- 1 puñado de piñones
- 1-2 dientes de ajo
- 1 rama de perejil (solo las hojas)

Fricandó:

- 25 gr. de setas deshidratadas
- 350 gr. de agua caliente
- 300 gr. de cebolla cortada en cuartos
- 2-3 dientes de ajo
- 100 gr. de aceite de oliva virgen extra
- 100 gr. de tomate triturado (natural o conserva)
- Sal i pimienta
- 50 gr. de harina
- 800 gr. de filetes de ternera (Culata, Espadilla o Llata)
- 100 gr. de brandy o vino.



PREPARACIÓN:

Picada

1. Ponga en el vaso todos los ingredientes de la picada y triture **5 seg./vel.7**. Compruebe que está bien triturado, y si no es así, baje con la espátula los ingredientes al fondo del vaso y vuelva a programar **5 seg./vel.7**. Retire y reserve.

Fricandó

2. Ponga en un bol las setas con el agua para hidratarlas durante 15 minutos
3. Ponga en el vaso las cebollas, los ajos y el aceite y programe **3 seg./vel.5**
4. Sofría programando 10 min./Varoma/ vel. cuchara
5. Añada el tomate, salpimiente y programe **5 min./varoma/vel. cuchara**
6. Salpimiente y enharine ligeramente la ternera y añádala al vaso. Programe **2 min./Varoma/ Giro invertido/vel. cuchara**
7. Incorpore la picada, las setas, el agua de remojarlas y el brandy. Programe **30 min./ Varoma / Giro invertido/ vel. cuchara.**
8. Vuelque el contenido del vaso en una fuente y sirva.

NOTA:

Es importante que la carne sea melosa