



Filete de Res en Salsa de Vino Tinto

Ingredientes:

- 400 gr filete de res
- 2 dientes de ajo
- 1 C harina
- 1 C mantequilla
- 3/4 T fondo de pollo
- 1/2 T vino tinto
- 1 C aceite de oliva
- 2 pzas cebollas cambray
- 1 paquete chico de espinacas
- 2 papas
- 3/4 T leche
- 1 T agua
- 30 gr mantequilla
- C/s sal
- C/s pimienta

Equipo:

- Sartén
- Pelador
- Tablita
- Cuchillo
- Pala
- Aluminio

1



Picar los dientes de ajo en “hache” y la cebolla “ciseler”. Quitar los tallos a las espinacas. **Pelar** las papas, pre cocer 4 minutos el microondas. Rebanar las papas.

2



Calentar en un sartén leche, agua y mantequilla a fuego medio. Sumergir las papas y agregar más agua si es necesario hasta cubrir. Agregar una cuevita de sal y cocer por 25 min tapado.

3



Para la salsa: Reducir el fondo al 50%. **Para el roux:** En un sartén calentar la mantequilla agregar el harina de golpe y mezclar hasta que se cosa, reservar.

4



En un sartén agregar un poco de aceite de oliva, acitronar cebolla y ajo y agregar el fondo reducido el vino tinto y el roux. Dejar que se reduzca.

5



Hacer el puré de papa logrando la consistencia con el caldo de cocción y más sal. Escalfar las espinacas y agregar aceite de oliva y salpimentar.

6



A punto de humo y con poca grasa, sellar los filetes en medallón previamente sazonados, por el tiempo de tu gusto (solo dar la vuelta una vez) y dejar reposar en un aluminio. Servir salsa, puré de papá, la carne y terminar con espinacas.

2 porciones - 1:30 hr