

Ingredientes

Carne: 500g *1

Mantequilla: 1 cda

Cebolla: 1

Ajo: 2 dientes

Zanahoria: 2

Patata: 1

Sal

*1 ternera, cerdo o pollo

Caldo

Manzana: 1/4

Salsa inglesa: 2 cdta

Ketchup: 2 cdta

Miel: 2 cdta

Curry japonés: 2 pastillas *2

Aceite

*2 la mitad de un bloque de 4

Instrucciones

- Cortar la carne en trozos de bocado, sellar en una olla con aceite y retirar
- Cortar la cebolla en juliana gruesa y sofreír en la mantequilla unos 10 min
- Añadir el ajo picado y la patata y zanahoria en trozos de bocado y cocinar 5 min
- Reintroducir la carne, cubrir todo con caldo, integrar la manzana rallada, salsa perrins, miel y ketchup y cocinar hasta que la carne esté tierna
- Integrar el curry y cocinar hasta reducir la salsa
- Para integrar el curry lo mejor es poner las pastillas en un cucharón justo por encima del caldo y, con unas varillas, ir integrado poco a poco el caldo y el curry hundiendo el cucharón