

Para cocinar el cordero

LAS RECETAS DE... DON PANCHO

Como el cordero está de moda gracias a la campaña del "Nuevo Cordero de Magallanes", pedimos al conocido chef Pancho Toro, del Canal 13, algunas recetas nuevas para preparar esas carnes y variar el tradicional asado al palo, la cazuela o el estofado de cordero. Así sorprenderá a su familia o a sus visitas.

ESPAJDILLA ARVEJADA

Ingredientes (para 8-10 personas). Una caja de espaldilla deshuesada. Dos tarros de arvejititas. Tres cucharadas de cebolla picada fina. Una zanahoria. Un pimienta morrón y una taza de caldo concentrado de carne. Un poco de aceite, ají de color, pimienta, comino y orégano.

PREPARACIÓN

Dore la espaldilla en aceite. Luego agregue la cebolla y el ají de color y deje reposar. Añada la zanahoria cortada en torrijas y el morrón cortado. Sazone, agregue la pimienta, el comino, el orégano y el caldo de carne con-

centrado en una taza de agua caliente. Ponga a fuego moderado y deje hervir hasta que las presas estén tiernas. Añada las arvejititas y déjelas reposar por 15 minutos. Troce la carne y sírvala acompañada con papas fritas.

MEDALLÓN A LA CACEROLA

Ingredientes (para 6 personas). Una caja de medallón de cordero, tres cebollas, dos cucharadas de aceite, tres zanahorias, una taza de caldo de carne concentrado, 6 papas, una cucharada de harina y una de vinagre y sal.

PREPARACIÓN

Dore el medallón de cordero en aceite por ambos lados para sellar. Agregue la cucharada de harina y cocinar hasta que tome color. Vierta el caldo de carne y revolver hasta que suelte el hervor, agregando entonces las papas y las cebollas cortadas en rebanadas gruesas y las zanahorias partidas en cuatro. Se pueden añadir verduras de la estación. Tapar bien la olla y dejar cocer por una hora y media. Después se agrega una cucharadita de vinagre, se le da otro hervor ya la mesa. Se acordará de don Pancho Toro.



Espaldilla arvejada



Medallón a la cacerola