

Restaurante El Ermitaño

Arrabal Huerta de los Salados
Benavente, Zamora

Lengua de ternera adobada con guarnición de patatas y liliáceas



Productos **Tierra de Sabor** :

- Patata guarnición **Meléndez** [visitar web](#)
- Lengua de ternera de **Valles del Esla** [visitar web](#)



Lengua de ternera adobada con guarnición de patatas y liliáceas



Ingredientes

- Para la cocción de la lengua

- 1 lengua de ternera de **Valles del Esla** adobada
- 1 cebolla grande
- 2 zanahorias grandes
- 80 g de apio nabo limpio o una rama de apio

- Para el jugo de cebolla

- 400 g de fondo de ternera reducido
- 160 g de cebolla
- 40 g de vino blanco
- 20 g de aceite de oliva
- Sal y pimienta negra

- Para el cremoso de patata machacada con guindilla

- 300 g de patata guarnición **Meléndez** pelada
- 60 g de aceite de ajo
- 1,5 g de guindilla seca
- C.S. de agua
- Sal y pimienta negra
- 40 g de vino blanco
- 20 g de aceite de oliva
- Sal y pimienta negra

- Para las cebolletas asadas

- Un manojo de cebolletas frescas pequeñas
- 15 g de sal gorda
- 25 g de aceite de oliva

- Para la cebolla roja encurtida

- 1 cebolla roja mediana
- 10 g de agua mineral
- 40 g de vinagre de manzana
- 20 g de azúcar
- 0,6 g de sal

Preparación

1. Lo primero que tenemos que hacer es adobar la lengua. En un bol pondremos pimentón dulce (el toque ahumado de la receta, pero casero), orégano, ajo fresco machacado, una cucharada de vinagre de vino tinto, sal y pimienta. Con esta mezcla embadurnaremos la lengua y la dejaremos durante 24 horas. En una olla a partir de agua fría durante tres horas y media con la cebolla, la zanahoria y el apio. Para acortar los procesos podemos optar por la olla rápida y cocerla solo durante una hora cuando la válvula de la presión suba al máximo. En caso de usar la olla rápida, bajaremos el fuego al mínimo.

2. El cremoso de patata simplemente pelaremos y lavaremos las patatas y las rehogaremos en una sartén con aceite hasta que se doren un poco. Añadiremos la guindilla troceada, sal, pimienta y un ajo con la piel para aromatizar. Mojaremos con agua hasta cubrir prácticamente las patatas que deberemos cocer hasta que al pincharlas el cuchillo entre sin problemas. Retiraremos la guindilla y el ajo y las pasaremos por el pasa pures, una prensa patatas o poco a poco con un tenedor hasta que quede una textura rústica, con pequeños trozos de patata, pero cremosa a la vez. Si vemos que se quedan un poco secas podemos añadir un poco de agua de cocción. Sazonaremos si es necesario.

3. Mientras tanto nos pondremos con las liliáceas. En un cazo pequeño pondremos el agua, el vinagre, el azúcar y la sal a hervir para preparar la cebolla roja encurtida. Picaremos la cebolla. Una vez hierva el agua con el vinagre, echaremos la cebolla cortada en juliana y la dejaremos macerar hasta que se enfríe por completo a temperatura ambiente.

4. Para hacer el jugo de cebolla pocharemos abundante cebolla en una sartén con aceite de oliva, sal y pimienta negra. Sin que coja mucho color, la rehogaremos hasta que se ablande casi por completo. Mojaremos con el caldo de carne que coceremos hasta que reduca y obtengamos un sabor más intenso. Trituraremos la cebolla con el caldo que colaremos y devolveremos al fuego para rectificar la sazón si fuera necesaria.

5. Envolveremos las cebolletas en papel de aluminio con un poco de sal, pimienta y un chorrito de aceite de oliva y las asaremos a 190°C durante 35 minutos hasta que se ablanden. Después las retiraremos con cuidado del papel, las dispondremos encima de una tabla para cortarlas y dorarlas en una sartén sin aceite.

6. Por último, pelaremos la lengua de ternera, la porcionaremos en diferentes raciones y la doraremos en la plancha. Emplataremos con un poco de jugo de cebolla, el cremoso de patatas, un cuarto de cebolleta asada y un poco de cebolla roja encurtida para refrescar. Opcionalmente se le pueden poner unas flores o brotes para darle un toque diferenciador.

Restaurante **El Ermitaño**

