

Navarra

Tempo




45'

Racións



4

Alérxenos

 Sulfitos

Polo en salsa chilindrón

O polo en salsa chilindrón constitúe unha das receitas tradicionais máis populares xa non só en Navarra, senón tamén na Rioja e en Aragón

Ingredientes

Aceite de oliva de sabor suave

4 dentes de allo

1 polo

Sal

1 cebola grande

4 tomates maduros

1 pemento vermello grande

1 pemento verde grande

100 g de xamón curado

250 ml de viño branco

Elaboración

1. Nunha tixola grande, vertemos un chorro xeneroso do aceite e douramos nel un pouco dous dentes de allo, previamente pelados. Así que empecen a coller a cor, retirámoslos da tixola e reservámoslos.
2. Limpamos o polo, desbotámoslle a pel e cortámolo en anacos. Acto seguido, areámolo e fritímolo, de maneira que quede dourado por todo, na tixola en que acabamos de facer o allo. Reservámolo.
3. Pelamos e picamos os outros dous dentes, e pelamos e cortamos en xuliana a cebola. Logo, vertemos outro chorro xeneroso do aceite de oliva nunha tarteira grande e fritímoslos con lume moderado ata que se doure a cebola.
4. Pelamos e cortamos agora os tomates. Reservámoslos tamén.
5. Lavamos e cortamos en tiras os pementos. Despois, incorporámoslos á tarteira e pómoslos a que se cociñen mesturados co allo e coa cebola.
6. Unha vez estean al dente, engadimos o xamón e sofritimos durante un par de minutos. Transcorrido ese tempo, agregamos o tomate, remexemos e deixamos que se cociñen os ingredientes todos xuntos durante 6 ou 7 minutos con lume moderado-maino. Volvemos remexer de cando en cando.
7. Incorporamos o polo mais o viño branco, meneamos a tarteira (para que asente ben a carne e se reparta a salsa) e seguimos cociñando con lume moderado-maino durante uns 7 ou 8 minutos máis.
8. Cando a salsa estea reducida, rectificamos de sal se é necesario, retiramos a comida do lume e empratámola. Servímola quente.