



HELLO
FRESH

Pasticada: guiso croata de ternera con tomate

con gnocchi, verduras y perejil fresco

Familia

Preparation time : 35 min.



What did you think of this recipe?
Scan the QR code to share your feedback.

Find the full recipe and preparation details online.
<https://hfresh.cottey.fr/es-ES/recipes/pasticada-guiso-croata-de-ternera-con-tomate-267>

Detach me! _____

Before you start

Plan ahead by checking the use-by dates of your ingredients. Rinse fresh produce and prepare the quantities listed below.

Utensils

Plato hondo, Olla, Sartén antiadherente

Ingredients for 1-6 people

Ingredient	2p	4p	6p
Cebolla (unidad(es))	1	2	3
Zanahoria (unidad(es))	1	2	3
Filete de ternera (gramo(s))	250	500	750
Almidón de maíz (paquete)	1	2	3
Vinagre balsámico (sobre(s))	1	2	3
Caldo de ternera (sobre(s))	1	2	3
Confitura de ciruela (gramo(s))	25	50	75
Tomate triturado (gramo(s))	400	800	1200
Perejil (unidad(es))	½	1	1½
Gnocchi (gramo(s))	400	800	1200
Sal y pimienta (pizca(s))	1	1	1
Aceite de oliva (cucharada(s))	3	6	9
Ajo (unidad(es))	1	2	3
Azúcar (cucharadita(s))	1	2	3
Agua (mililitro(s))	200	400	600
Mantequilla (cucharada(s))	1	2	3
Add yourself			

Salt, pepper, oil and water according to taste.

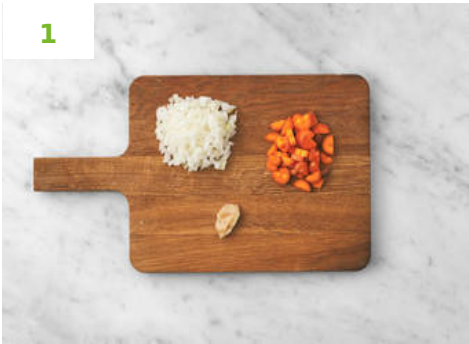
Nutritional values

Per serving	Amount
Valor energético (kJ)	3458 kJ
Valor energético (kcal)	826 kcal
Grasas	35.8 g
de las cuales saturadas	10.3 g
Carbohidratos	104.9 g
de los cuales azúcares	23.3 g
Fibra	8.2 g
Proteínas	37.8 g
Sodio	3.46 mg

Allergens

Soja, Puede contener trazas de alérgenos, Sulfitos, Gluten, Trigo, Mostaza

Always check the product labels for allergen information.



3, 2, 1, ¡a cocinar!

¡Asegúrate de utilizar las cantidades indicadas a la izquierda para preparar tu receta!

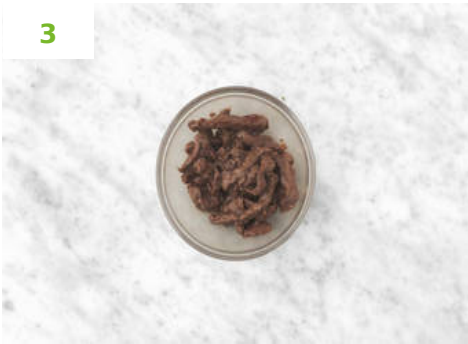
- Pela la **cebolla** y córtala en daditos.
- Pela y pica el **ajo**.
- Pela la **zanahoria** y córtala por la mitad a lo largo. Corta en medias lunas finas.



Prepara la ternera

- Corta la **ternera** en tiras de 1-2 cm.
- Colócala en un plato hondo y agrega el **almidón de maíz, sal y pimienta**.
- Remueve para que la **ternera** quede cubierta.

RECUERDA: Lávate las manos y los utensilios de cocina después de manipular carne cruda.



Ternera al fuego

- En una olla, calienta un chorrito de **aceite** a fuego alto. Cuando esté bien caliente, agrega la **ternera** y cocina 1-2 min, hasta que se dore.
- Retira la **ternera** de la olla.



Da vida al guiso

- En la olla, agrega un chorrito de **aceite** y el **ajo**. Calienta a fuego medio y cocina 1-2 min.
- Añade la **cebolla** y la **zanahoria** y cocina 5-7 min, removiendo, hasta que las **verduras** estén tiernas.
- Agrega el **vinagre balsámico**, el **caldo de ternera** y la **confitura de ciruela** y remueve.
- Añade el **tomate triturado**, el **azúcar**, el **agua**, **sal** y **pimienta** y cocina a fuego medio 10-12 min.



Dora los gnocchis

- Mientras tanto, deshoja y pica el **perejil**.
- En una sartén antiadherente, añade la **mantequilla** y un chorrito de **aceite**. Calienta a fuego medio hasta que la **mantequilla** se haya fundido.
- Añade los **gnocchi** y saltea 5-6 min o hasta que estén dorados y tiernos. **Salpimienta** la gusto.



Combina y disfruta

- Cuando el **guiso** esté listo, agrega a la olla **perejil** picado al gusto y la **ternera**. Remueve, prueba y rectifica de **sal** y **pimienta**.
- Coloca los **gnocchi** en un lado de un plato hondo y sirve el **guiso** de **ternera** al otro lado.
- Decora con el **perejil** restante al gusto.

Enjoy your meal!