# AULA DE COCINA NAVARRA
# NAFARROAKO SUKALDARITZA IKASGELA

Descubre más recetas en / Ezagutu errezeta gehiago hemen:
**www.auladecocinanavarra.com**

## TATAKI DE CORDERO O TERNERA DE NAVARRA Y ENREJADO DE PIQUILLOS
## NAFARROAKO ARKUME EDO ARATXE TATAKIA PIPER SAREAREKIN

| Ingredientes: | Osagaiak: |
|---|---|
| 400 grs. de carne I.G.P. Cordero o Ternera de Navarra | 400 gr. Nafarroako arkume edo Aratxe AGBko haragia |
| 50 ml. de salsa de soja | 50 ml. Soja saltsa |
| 1 pizca de wasabi | Wasabi pixka bat |
| Sal | Gatza |
| Pimienta | Piper hautsa |
| Semillas de sésamo | Sesamoa |
| 8 pimientos de D.O. Piquillo de Lodosa asados | Erretako Lodosako Pikilo Piperra Jlko 8 piper |
| Aceite de oliva virgen D.O. Navarra | Nafarroako Jlko Oliba olioa Birjina |

| Preparación: | Prestaketa: |
|---|---|
| Cortar la carne en tacos de aproximadamente dos dedos de grosor. | Haragia 2 hatz lodierako takoetan moztu. |
| Aderezar con sal y wasabi. Macerar 15 minutos en salsa de soja. | Gatza eta wasabiarekin nahastu. 15 minutuz soja saltsa beratzen utzi. |
| Escurrir bien la carne. | Haragiaren saltsa ongi lehortzen utzi. |
| Reducir al fuego el juego de la maceración para hacer una salsa de acompañamiento. | Saltsa sutan txikitzen utzi, saltsa laguntzailea lortzeko. |
| En una sartén a fuego fuerte, marcar los pimientos (1 minuto por cada lado). Preparar para emplatado con un chorrito de aceite y escamas de sal Maldon. | Su bizian zartagin batean, piperrak markatu (alde bakoitzetik minutu 1). Plateratzeko Oliba olioa pixka bat eta Maldon gatz eskamatan pixka bat bota. |
| Marcar la carne a fuego fuerte por todas las caras, aproximadamente un minuto. Al final, apagar el fuego y dejar 3-4 minutos en la sartén para que la carne coja temperatura. | Haragia su bizian alde ezberdinetatik ongi markatu, minutu batez. Bukaeran, sua itzali eta 3-4 minutuz zartaginean utzi, haragiak tenperatura hartzeko. |
| Para emplatar: filetear la carne, añadir unas escamas de flor de sal y espolvorear semilla de sésamo. | Platerrera eramateko: xaflatan moztu, lore gatza eskamak gehitu eta sesamo haziak gainetik bota. |
| Con el jugo de la carne reducido, podemos bañar el plato o simplemente dejar unos cordones de salsa para poder ir untando los filetes de carne. | Haragi sukua, haragi gainetik bota dezakegu edo bi aldeetan pixkat jarri dezakegu gero haragi xaflak bertan nahasteko. |

Reyno Gourmet CALIDAD NAVARRA NAFAR KALITATEA
TERNERA NAVARRA · CORDERO DE NAVARRA · EL ESPÁRRAGO DE NAVARRA · PIMIENTO DE LODOSA · pacharán navarro INDICACIÓN GEOGRÁFICA
Unión Europea · Gobierno de Navarra · Nafarroako Gobernua
FONDO EUROPEO AGRÍCOLA DE DESARROLLO RURAL
Europa invierte en las zonas rurales

# AULA DE COCINA NAVARRA
# NAFARROAKO SUKALDARITZA IKASGELA

Descubre más recetas en / Ezagutu errezeta gehiago hemen:
**www.auladecocinanavarra.com**

## MUSAKA DE CORDERO O TERNERA DE NAVARRA

### Ingredientes:

1 kilo de carne I.G.P. Cordero de Navarra (mejor paletilla)
ó 450 g de carne picada I.G.P. Ternera de Navarra
1 cebolla
1 pimiento verde
1 diente de ajo
1 chorrito de vino blanco
2 calabacines
1 poquito de Queso D.O.P. Roncal
150 g de setas de temporada
Aceite de Oliva Virgen Extra Navarra
Sal

### Preparación:

Troceamos el Cordero de Navarra en daditos de aproximadamente tres por tres cm de grosor, o si vamos a utilizar Ternera de Navarra, tan sólo preparar la carne.

Sellar en sartén a fuego muy fuerte con un poquito de aceite de oliva. Cuando este dorada, añadir cebolla, pimiento verde y ajo y que se doren.

Por último, echaremos las setas para que tomen un poco de color. Añadir sal.

Flambear un chorrito de vino blanco, tapar la sartén y cocer a fuego suave (mínimo 75 minutos

para el Cordero de Navarra, y unos 20 minutos si es Ternera de Navarra).

Por otro lado, cortar los calabacines trasversalmente en trozos de unos 3 cm de grosor y vaciar el interior.

Hornear los calabacines a temperatura media durante 20 minutos con un poquito de sal y aceite.

Rellenarlos con el guiso de Cordero o Ternera de Navarra y rallar unas virutas de Queso de Roncal encima (opcional).

Gratinar en el horno o servir directamente.

Reyno Gourmet CALIDAD NAVARRA NAFAR KALITATEA
TERNERA NAVARRA · CORDERO DE NAVARRA · ESPÁRRAGO DE NAVARRA · PIMIENTO DE LODOSA · pacharán navarro INDICACIÓN GEOGRÁFICA
Unión Europea · Gobierno de Navarra · Nafarroako Gobernua
FONDO EUROPEO AGRÍCOLA DE DESARROLLO RURAL
Europa invierte en las zonas rurales