



Fricandó con setas de San Jorge (Moixernons)

Ingredientes - Para 4 persona(s)

- 750 g de *Carne de ternera*
- 1 Ud. de *Cebolla grande*
- 125 g de *Moixernons*
- 1 Vaso(s) de *Vino blanco*
- 1 Ud. de *Ramillete hierbas aromáticas*
- *Harina de trigo*
- *Tomate frito*
- *Azúcar*
- *Sal*
- *Agua*
- *Aceite de oliva virgen extra*

Preparación

Paso 1 - Poner en remojo las setas

En un cuenco o cualquier recipiente adecuado para ese menester, poner en remojo las setas de San Jorge o *Moixernons*, unas dos horas antes de la elaboración del fricandó.

Si en lugar de las setas de San Jorge se quiere utilizar cualquier otra variedad de setas frescas, no es necesario dejar en remojo tanto tiempo, únicamente deberemos limpiarlas a conciencia.

Paso 2 - Preparación de los ingredientes

Salaremos y/o pimientaremos la carne -en este caso solo se ha sazonado con sal- y la pasaremos por harina de trigo, preparada para su utilización.

Rallaremos las cebollas, a ser posible de *Figueres*, y también la dejaremos preparada para su uso.

En esta receta hemos utilizado tomate frito envasado, pero podemos utilizar tomates maduros y rallarlos igualmente.

Paso 3 - Elaboración del fricandó - Paso uno

Un vez enharinados los filetes de ternera de *tapaplana*, en un recipiente adecuado, verter aceite de oliva virgen y, cuando esté bien caliente, pasar la carne por ambos lados. Solo es necesario *sellarla*, es decir, que la harina se adhiera con la carne, ya que es importante que quede, mas bien, cruda.

Reservamos esos filetes y en el mismo recipiente pocharemos la cebolla, que también



Recetus - Fricandó con setas de San Jorge (Moixernons)

Tu comunidad de cocina

recetus.com

salaremos a discreción. Si vemos que hay poco aceite podemos añadir.

Una vez doradita la cebolla, añadir el fajito de las hierbas aromáticas, el vasito de vino blanco (yo he utilizado *Gran Chef de Pinord* que es un vino elaborado con once hierbas aromáticas, muy apto para este tipo de platos), el tomate ya frito, y una pizca de azúcar en mayor o menor cantidad, dependiendo de la acidez del tomate.

Paso 4 - Elaboración del fricandó - Paso dos

Una vez el tomate en su punto, es cuando yo incorporo la carne que teníamos reservada, las setas y el agua.

Controlaremos si es necesario rectificar de sal y dejaremos que, a fuego lento, vaya terminándose la cocción de la carne, durante dos horas o dos horas y media.

Como observación, este plato está mucho más bueno cuando se ha elaborado el día anterior.