



RABO DE TERNERA

Ingredientes para 4 personas

- Un rabo de ternera de 1,2 kg aproximadamente,
- 2 dientes de ajo, 1 cebolla, 1 puerro,
- 2 tomates maduros,
- 2 zanahorias,
- 1 pimiento verde,
- 2 hojas de laurel,
- 10 bayas de pimienta negra,
- 2 clavos de olor,
- 1 vaso de vino tinto,
- 2 vasos de caldo de carne y un vaso de agua, aceite de oliva virgen extra, harina y sal

Cómo hacer rabo de toro a la cordobesa en olla exprés

Comenzamos salpimentando los trozos de [rabo](#) de ternera, pasándolos ligeramente por harina y los doramos en la propia olla poniendo un poco de aceite de oliva virgen extra. Una vez dorados los retiramos y reservamos.

Picamos el ajo, la cebolla, el puerro, las zanahorias, el pimiento y los tomates en trozos de mediano tamaño, los espolvoreamos de sal y los pochamos durante 5 minutos en la misma cacerola. Una vez están rehogados, incorporamos los trozos de rabo de ternera y añadimos el caldo de carne, el agua y el vino.

Dejamos que el líquido hierva y añadimos el laurel y la pimienta negra y los clavos, procediendo a cerrar la olla exprés y poniéndola en la posición de más presión. En algunos modelos se hace poniendo la palanca de la [olla rápida](#) en el número dos y en los que tienen anillos, dejamos que salgan los dos anillos para que la presión sea máxima.

Bajamos el fuego y dejamos que se cocine durante 1 hora. Apagamos el fuego, dejamos que la olla se enfríe y abrimos cuando haya salido todo el vapor. El rabo quedará tiernísimo, lo que podemos comprobar separando la carne del hueso con un tenedor.

Acompañar con un arroz blanco o puré de patatas.

