



RECETAS CON ESTILO PARA DISFRUTAR EN CASA DE TERNERA GALLEGA Y TERNASCO DE ARAGÓN

- **Bajo el paraguas de la campaña europea “Carnes con estilo”, las IGP Ternera Gallega y Ternasco de Aragón, ofrecen recetas de cocina fáciles y deliciosas para preparar en casa y sorprender.**

Madrid, 8 de abril de 2020.- “Carnes con estilo”, programa de promoción cuyo fin es el reconocimiento de los sellos de calidad europeos, se suma a las recomendaciones de las autoridades sanitarias españolas y anima a todos a permanecer en casa por el bien común.

Sin embargo, quedarse en casa no significa no poder disfrutar de almuerzos y cenas sabrosas y nutritivas gracias a las carnes frescas que las IGP Ternasco de Aragón y Ternera Gallega distribuyen en sus puntos de venta habituales.

Ambas IGP ofrecen un amplio abanico de cortes, desde los más clásicos como el entrecot de Ternera Gallega o el costillar de Ternasco de Aragón, hasta otros menos habituales como el Tournedó, el Filete de pierna o los Churrasquitos en el caso de Ternasco de Aragón o el filete de vacío, la bavette o el filetón de contra en el caso de Ternera Gallega.

Se trata de cortes versátiles, económicos y muy fáciles de preparar para disfrutar de este tiempo en la cocina con estas jugosas y sabrosas carnes frescas de cordero y ternera.

Por eso, y para poder disfrutar de la calidad de estas carnes avaladas por el marchio europeo de Indicación Geográfica Protegida, ambas IGP ofrecen esta batería de recetas “con estilo”, para disfrutar y divertirse cocinando en casa, probar nuevas recetas y compartir con la familia (o a solas) estos excelsos productos.

Hay platos para todos los gustos, desde preparaciones sencillas para los que, aun en confinamiento, no tienen un minuto que perder y elaboraciones más sofisticadas con las que pasar un buen rato en la cocina y darse un merecido homenaje. ¡A cocinar!

Escalopines de Ternera Gallega con alcaparras y limón

INGREDIENTES

- 800 gr de filetes de cadera, babilla o tapa de Ternera Gallega IGP
- 2 dientes de ajo
- 2 cucharadas de perejil
- 0,1 L de vino blanco ribeiro
- 75 gr mantequilla
- 70 gr alcaparras
- 3 limones





- Sal
- Pimienta negra

PREPARACIÓN

Cortar los filetes de ternera en pequeños escalopines de 50 gr cada uno. Adobar unas horas con el ajo picado, la mitad del perejil y el vino blanco. En una sartén amplia añadir la mantequilla y cuando haya derretido, dorar rápidamente los escalopines vuelta y vuelta añadiendo sal y pimienta al gusto. Retirar del fuego y añadir a la sartén las alcaparras, el zumo de los limones y el resto del perejil picado. Devolver la sartén al fuego y dar un hervor rápido al conjunto removiendo bien para que se impregnen bien los filetes de carne. Servir inmediatamente con el jugo de la sartén y unas hojas de perejil fresco.

Hamburguesa de Ternasco de Aragón IGP con puerro confitado en mantequilla y mayonesa de cacahuetes

INGREDIENTES

- 4 hamburguesas (150 gr) de Ternasco de Aragón IGP
- 4 panes de hamburguesa
- 4 cucharadas soperas de mayonesa
- 6 cucharadas soperas de cacahuets fritos y salados
- 1 puerro
- 2 cucharadas de mantequilla
- Brandy (opcional)
- Sal, pimienta negra, orégano y curry

PREPARACIÓN

Para confitar el puerro en la mantequilla, lavar bajo agua fría y lo cortar en medias rodajas muy finas. Escurrir y poner a fuego muy suave con mantequilla en una sartén tapada durante 15 minutos, dándole vueltas para que no se agarre. Salpimentar y dejar reposar. Para la mayonesa, triturar 5 cucharadas de cacahuets y mezclar con la mayonesa de forma homogénea. Picar la cucharada de cacahuets restante para añadirle un poco picado al final. Marcar la hamburguesa a la plancha unos 4 minutos por cada cara para dejarla jugosa en el centro. Colocar puerro al gusto sobre la base de cada pan de hamburguesa. Colocar encima la hamburguesa, y espolvorear de orégano y de cacahuete picado al gusto. Colocar un poco de mayonesa de cacahuete y acabar con un poco de curry. Servir acompañado de unas buenas patatas fritas.

Costillar de Ternasco de Aragón IGP asado a la sidra con manzanas





INGREDIENTES

- 1 costillar entero de Ternasco de Aragón IGP cortado en dos trozos iguales
- 3 manzanas Golden de buen tamaño
- 1 botella de sidra
- 4 o 5 piezas de anís estrellado
- Sal, laurel y pimienta negra

PREPARACIÓN

Salpimentar el costillar por todas las caras, untar la piel con unas gotas de AOVE y meter al horno ya caliente a 150°C durante 45 minutos. Pelar las manzanas y cortar cada una en 4 gajos. Las pieles y los corazones los guardaremos. A los 45 minutos de estar el costillar en el horno, añadir a la bandeja las peladuras y los corazones de las manzanas, el anís estrellado y regar con media botella de sidra. Dejarlo en el horno otros 30 minutos. Pasado ese tiempo, nada más sacar la bandeja, añadir un par de cucharadas de agua y volcar todo el contenido de la bandeja (jugos y peladuras) en un cazo. Añadir a este mismo cazo la media botella de sidra restante y poner al fuego fuerte hasta que se reduzca el líquido a la mitad. Triturar todo el jugo, rectificarlo con una pizca de sal y una cucharadita de azúcar y pasar por un colador fino. Cortar el costillar en 8 trozos y colocar en la bandeja del horno de nuevo. Extender los 12 gajos de manzana y meter al horno durante otros 15 minutos. Al sacar del horno, volcar en la bandeja la salsa de sidra y servir a cada comensal 2 trozos de costillar, 3 gajos de manzana, salsa al gusto y decorar con una estrella de anís.

Entrecot de Ternera Gallega a la plancha y verduritas al tomillo

INGREDIENTES

- 4 entrecots de 300 gr de Ternera Gallega IGP
- 4 setas
- 4 láminas de calabacín
- 1 cebolla morada cortada
- 2 tomates medianos
- 4 espárragos verdes
- Sal y pimienta negra recién molida
- Aceite de Oliva Virgen Extra
- Tomillo fresco





PREPARACIÓN

Atemperar media hora. Añadir Aceite de oliva y pimienta molida. En una sartén tipo parrilla dorar los entrecots primero por los lados todo alrededor y luego un par de minutos por cada cara. Añadir sal gruesa por las caras ya doradas. Reposar 5 minutos. Poner las verduras laminadas en la misma parrilla mientras se salpimentan directamente en la plancha y añadir un poco de tomillo fresco. Añadir sal y pimienta. Para emplatar, trincar la carne en láminas y acompañar de las verduras a modo de milhojas y una ramita de tomillo fresco.

***Además de estas recetas, la web de la campaña “Carnes con estilo” dispone de un apartado con videorecetas de ambas IGP para entretenerse en los fogones.**

IGP Ternasco de Aragón

El Ternasco de Aragón es un cordero de menos de 90 días, alimentado con leche materna y cereales naturales hasta alcanzar un peso en canal que oscila entre 8 y 12,5 kg.

Su exigente proceso de crianza y control está regulado desde 1989 por el [Consejo Regulador de la Indicación Geográfica Protegida Ternasco de Aragón](#), lo que supone la distinción de ser la primera carne fresca en España reconocida con una Denominación específica. La IGP Ternasco de Aragón fue amparada por la Unión Europea como Indicación Geográfica Protegida en el año 1996.

Gracias a que todo el proceso de crianza está previamente definido, y a los frecuentes controles que se realizan durante todo ese tiempo, se garantizan unos estándares de calidad óptimos que se traducen en una carne de cordero tierna, sabrosa y saludable — demostrado en varios estudios profesionales publicados—, y cada vez más versátil, para satisfacer a nuevos tipos de consumidores y nuevas formas de consumo.

Como beneficio adicional, el Ternasco de Aragón favorece la economía rural aragonesa, su cultura y medio de vida, manteniendo la población y preservando el medio natural.

IGP Ternera Gallega

[La Indicación Geográfica Protegida Ternera Gallega](#) inicia su labor de control y promoción en 1989. Desde 1996 está reconocida por la Unión Europea, siendo la primera carne de vacuno con control integral y certificado de garantía.

La carne comercializada bajo el amparo de la IGP Ternera Gallega es exclusivamente de terneros nacidos, criados y sacrificados en Galicia, que proceden de razas autóctonas y sus cruces y que superaron un riguroso programa de control integral.

Son terneros jóvenes, criados en ganaderías y cebaderos tradicionales, alimentados siguiendo las pautas seculares de la producción de carne en Galicia, con el aprovechamiento de los forrajes propios de la explotación y con concentrados autorizados exclusivamente de origen vegetal. Además en el caso de Ternera Gallega Suprema, los animales no superan los 10 meses y la base de su alimentación es la leche materna como mínimo hasta los 7 meses de edad. La carne se caracteriza por su textura de músculo fino, por su jugosidad, sabor y extraordinaria ternura.

Para más información: Patricia Magaña – 676 50 71 67 – p.magana@gaiacomunicacion.es

