



CALDERETA DE CORDERO

INGREDIENTES PARA 4 COMENSALES

- 600 g de cordero, pierna
- 40 g de aceite de oliva
- 5 g de orégano
- 1 unidad de cebolla
- 200 ml de vino blanco
- 8 dientes de ajo
- 2 hojas de laurel
- sal

LA PREPARACIÓN

- Desgrasa bien el cordero, córtalo a dados de 3-4 cm. Dóralos en una cazuela con el aceite, a fuego medio.
- Pela la cebolla y pícala a trozos no demasiados pequeños . Incorpórala a la cazuela con los ajos pelados y cortados a laminas, el laurel y el orégano.
- Añade el vino y 2 vasos de agua, deja cocer a fuego bajo hasta que la carne esté tierna y la salsa bastante espesa. Rectifica de sal.



INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Hidratos de carbono 4.4 g	Grasas 23.9 g
Kcal 353	Proteínas 21.7 g