

BEEF STROGANOF EN PAN FRANCÉS

Tiempo de preparación: 10 minutos

Tiempo de cocción: 35 minutos

Ideal para 4 personas



Ingredientes:

- 2 cucharadas de aceite de oliva
- 1 ½ tazas de champiñones, cortados en rodajas
- 2 cucharaditas de sal, divididas
- ½ cucharadita de pimienta negra
- 1 cucharadita de tomillo seco
- 2 cucharadas de mantequilla amarilla
- ½ taza de cebollas, picadas
- 2 dientes de ajo, picados
- 1 libra de carne molida sin grasa
- 3 cucharadas de harina para todo uso
- 2 cucharaditas de pimentón en polvo
- 1 ½ tazas de caldo de res
- ½ taza de yogurt griego natural
- 1 cucharadita de mostaza Dijon
- 1 hogaza de pan francés, con el interior ahuecado
- 2 tazas de queso provolone rallado o mozzarella

Instrucciones:

1. Precalienta el horno a 350 F (180 C), cubre una bandeja con papel para hornear y deja aparte.
2. En una sartén grande, calienta el aceite de oliva a fuego medio, saltea los champiñones y agrega sal, la pimienta y el tomillo, cocina los champiñones hasta que estén dorados, aproximadamente 4 minutos. Sacar los champiñones de la sartén y ponerlos a un lado.
3. En la misma sartén, agrega la mantequilla, la cebolla y el ajo, saltea durante 3 minutos hasta que la cebolla esté suave, agrega la carne molida y cocina a fuego medio hasta que se dore, aproximadamente 5 a 6 minutos.
4. Agrega la harina y el pimentón, revuelve bien para que la carne quede bien cubierta. Incorpora el caldo de res, el yogurt griego y la mostaza, mezcla bien y deja que hierva unos 5 minutos.

5. Regresa los champiñones nuevamente a la sartén con la carne, revolver todo bien y dejar unos 2 minutos, ajustar sal y pimienta y luego retirar de la estufa.
6. Rellena el pan ahuecado con el stroganoff y cubre con el queso provolone, coloca en la bandeja para hornear preparada y hornea de 10 a 15 minutos hasta que el queso esté dorado y derretido. Cortar y servir inmediatamente.

Notas

*El yogurt griego natural lo puedes sustituir por crema ácida

www.unapizcadeluna.com