

Manos de ternera a la zamorana

Publicada por:

[imprimir](#)

- 15 '
- 60 '
- 4
- 
- 
- 
- 



Comentario nutricional

Es importante no olvidarse de poner los garbanzos en remojo la noche anterior para que se hidraten y queden tiernos tras la cocción.

Modo express

1. La noche anterior, ponga los garbanzos en remojo en agua templada con sal.
2. Raspe la mano de ternera, lávela y trocéela.
3. Programe el menú Presión a 135º durante 30 minutos y meta las manitas y la mitad de agua en la cubeta.
4. Al finalizar, agregue el resto de ingredientes y re programe otro ciclo de menú Presión 30 minutos a 135º.

5. Sirva muy caliente.