Tira de Costilla Guisada con Vino Tinto y Guayaba

Tiempo activo	Tiempo total	Porciones
20 minutos	2 horas	4

Ingredientes

- 1 cebolla mediana
- 2 zanahorias
- 2 tallos de apio
- 2 1/2 lb de tira de costilla de pecho de res
- 2 cucharaditas de sal kosher
- 3 cucharadas de aceite vegetal
- 2 tazas de vino tinto
- 3 tazas de caldo de res
- 1 cucharada de vinagre de sidra de manzana
- 8 dientes de ajo
- 3 cucharadas de pasta de tomate
- 1/4 taza de pasta de guayaba
- 1 cucharadita de pimienta
- 1 cucharadita de pimiento chipotle en polvo
- 1/4 cucharadita de pimienta de cayena

Pasos

1. Corta la cebolla, las zanahorias y el apio en pedazos tamaño bocadito. Precalienta una olla de hierro, a fuego medio-alto, de 2 a 3 minutos. Sazona la tira de costilla con sal. Coloca el aceite en la olla; cocina la tira de costilla de 4 a 5 minutos, por todos sus lados, o hasta que se doren.
2. Incorpora los ingredientes restantes. Reduce a fuego medio-bajo; tapa. Cocina a fuego lento de 1 1/2 a 2 horas o hasta que la tira de costilla esté tierna. Sirve con tu platillo de arroz favorito.

Información nutricional

Cantidad por cada ¼ de receta: Calorías 660kcal, Grasas 24g, Grasas Saturadas 7g, Grasas Trans 0g, Colesterol 70mg, Sodio 1820mg, Carbohidratos 61g, Fibra 3g, Azúcar Total 46g (Incl. 0g Azúcares Añadidos), Proteína 25g, Vitamina D 0%, Calcio 8%, Hierro 15%, Potasio 15%