



Chapata de solomillo de cerdo con chimichurri con cebolla caramelizada y rúcula aliñada

Picante

Cocinando: 25 min • Listo en: 30 min

21



Chapata de cerveza



Cebolla



Chalota



Cilantro



Chili en escamas



Vinagre balsámico



Solomillo de cerdo



Queso rallado



Rúcula



Mostaza en grano

De tu despensa: sal y pimienta, aceite de oliva, ajo, azúcar, vinagre de vino tinto, orégano, mantequilla.

Antes de empezar

Lávate las manos al manipular los ingredientes.
Lava tus frutas y verduras.

Utensilios necesarios:

Bol, sartén con tapa, ensaladera, tostadora.

Ingredientes

	2P	4P
Chapata de cerveza 13) 15) 16)	2 unidades	4 unidades
Cebolla	1 unidad	2 unidades
Chalota*	1 unidad	2 unidades
Cilantro	1 unidad	2 unidades
Chili en escamas	1 sobre	2 sobres
Vinagre balsámico 14)	1 sobre	2 sobres
Solomillo de cerdo*	250 gramos	500 gramos
Queso rallado* 7)	30 gramos	60 gramos
Rúcula*	50 gramos	100 gramos
Mostaza en grano 9)	1 sobre	2 sobres
Aceite para la salsa	3 cucharadas	6 cucharadas
Ajo	1 unidad	2 unidades
Azúcar	1 cucharadita	2 cucharaditas
Vinagre de vino tinto	1 cucharadita	2 cucharaditas
Vinagre para aderezar	2 cucharaditas	4 cucharaditas
Orégano	1 cucharadita	2 cucharaditas
Mantequilla	1 cucharada	2 cucharadas

*Conservar en la nevera

Información nutricional

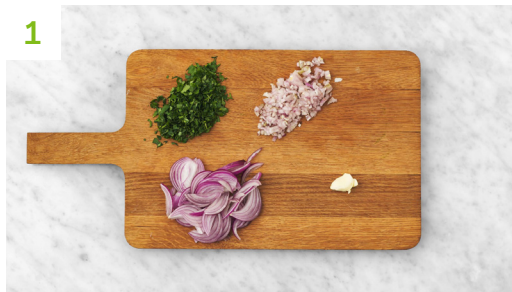
	Por ración	Por 100 g
en base a los ingredientes sin cocinar	432 g	100 g
Valor energético (kJ/kcal)	3385/ 809	784/ 187
Grasas (g)	15,3	3,5
de las cuales saturadas (g)	4,5	1,0
Carbohidratos (g)	57,9	13,4
de los cuales azúcares (g)	11,3	2,6
Proteínas (g)	40,4	9,4
Sal (g)	2,4	0,6

Alérgenos

7) Leche **9)** Mostaza **13)** Cereales que contienen gluten
14) Sulfitos **15)** Trigo **16)** Cebada.

Para más información sobre los ingredientes, alérgenos y trazas de alérgenos, revisa la lista de ingredientes declarada en cada envase.

¡Recíclame!



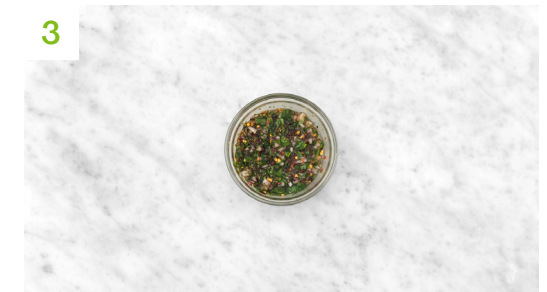
Prepara los ingredientes

¡Asegúrate de utilizar las cantidades indicadas a la izquierda para preparar tu receta! Pela la **cebolla**, divídela en dos y córtala en tiras finas. Deshoja y pica el **cilantro**. Pela y pica la **chalota**. Pela el **ajo** (ver cantidad en ingredientes) y aplástalo con la hoja de un cuchillo.



Carameliza la cebolla

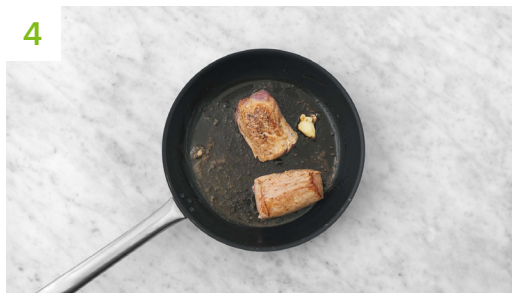
En una sartén, calienta un chorrito de **aceite** a fuego medio-alto. Una vez caliente, agrega la **cebolla** y una pizca de **sal** y cocina 2-3 min, removiendo ocasionalmente. Luego, añade el **vinagre balsámico** y el **azúcar** (ver cantidad en ingredientes) y cocina a fuego medio-bajo 5-6 min más, removiendo frecuentemente. Cuando esté lista, reserva en un bol.



Prepara el chimichurri

En un bol, agrega el **cilantro**, la **chalota**, el **chili en escamas**, el **aceite para la salsa**, el **vinagre de vino tinto** y el **orégano** (ver cantidad en ingredientes de los 3). **Salpimenta** y mezcla bien.

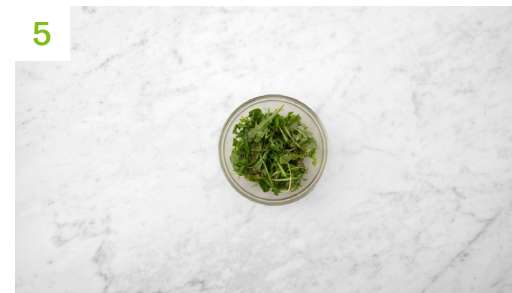
CONSEJO: Si no te gusta el picante, puedes agregar menos chili en escamas.



Cocina la carne

En la sartén, agrega un chorrito de **aceite**, la **mantequilla** (ver cantidad en ingredientes) y el **ajo** aplastado. Cocina a fuego medio 1-2 min, hasta que la **mantequilla** se derrita y el **ajo** se dore. Luego, agrega el **solomillo de cerdo** y cocina 6-8 min, girándolo para que se dore por todas partes.

RECUERDA: Lávate las manos y los utensilios de cocina después de manipular carne cruda.



Adereza la rúcula

Sobre los **solomillos de cerdo**, reparte la mitad del **queso rallado** (doble para 4p), tapa la sartén y cocina a fuego medio-bajo 3-4 min más, hasta que el **queso** se derrita y el **cerdo** quede bien cocinado en el interior. Mientras tanto, en una ensaladera, añade el **vinagre para aderezar** (ver cantidad en ingredientes) y un chorrito de **aceite**. Agrega la **rúcula**, **salpimenta** y mezcla bien para aderezarla.



Emplata y disfruta

Abre el **pan de chapata** y tuéstalo en la tostadora hasta que esté ligeramente dorado. Corta el **solomillo de cerdo** en rodajas de 1-2 cm. Sobre la base de los **panes**, agrega la **mostaza en grano** y coloca encima el **solomillo de cerdo**. Añade sobre el **cerdo** la **cebolla caramelizada** y **chimichurri** al gusto. Por último, añade **rúcula** y tapa el **bocadillo**. Sirve la **rúcula** aliñada restante junto a la **chapata** como acompañamiento.

CONSEJO: Si no tienes tostadora, puedes utilizar el horno para tostar el pan.

¡Que aproveche!

¡Ponle nota, chef!

Tu opinión es nuestro ingrediente secreto.

