

LOMO DE CERDO con manzanas



Vamos a preparar un plato sencillo de hacer y económico. Ideal para preparar cuando somos muchos para comer, que puedes preparar con antelación y para servir sólo tendrás que calentar y listo. Este plato admite muchas guarniciones, unas manzanas asadas, unas patatas duquesa, verduras horneadas, bueno lo que más os apetezca.

Como ingrediente principal os aconsejo trabajar con un buen trozo de lomo y si es de la parte cabecera, mucho mejor, es más fea pero con los dos colores que tiene, sale mucho más tierna la carne.

Con muy pocos ingredientes os saldrá un plato de diez.

Ingredientes: (4 personas)

750 gr de lomo de cerdo en trozo



3 manzanas reineta o golden

3 zanahorias

1 vaso de vino blanco

1/2 vaso de agua

un poco de harina

Sal, pimienta, hoja de laurel

Un poco de mantequilla

2 cucharadas de azúcar

Preparación:

En una sartén honda, ponemos a calentar el aceite. En ella vamos a freír el lomo de cerdo, que previamente habremos salpimentado y enharinado.



Mientras va tostado el lomo, pelaremos las manzanas, reservando las pieles que vamos a utilizar más adelante. Cortaremos las manzanas en 4 gajos, quitándoles bien el corazón. Las podemos preparar al horno o bien en sartén, de la misma forma, cociéndolas con un poco de mantequilla, azúcar y vino blanco, hasta conseguir una buena caramelización. (Yo prefiero hacerlas en sartén, me salen mejor) Reservamos para utilizar como guarnición.



Una vez bien tostado el trozo de lomo, añadimos las zanahorias que habremos pelado y cortado en rodajas, junto con el laurel, el vino y el agua. Dejamos cocer con la sartén tapada, durante 30-45 minutos. Iremos volteando el lomo para que se cueza por igual

por todas partes. Cuando haya pasado 1/2 hora, añadimos a la cocción, las pieles de las manzanas que habíamos reservado (si, si lo he dicho bien las pieles, aquí se aprovecha todo como bien dice siempre nuestra queridísima Su de webosfritos) , pasados 15 minutos, pincharemos la pieza de lomo y veremos que está tierna, en ese momento retiramos la carne y trituramos la salsa resultante, excluyendo el laurel.



Cuando se enfríe la carne, cortaremos en rodajas para servir en cada plato, y ya tenemos nuestro plato listo. Sólo nos queda presentarlo en cada plato, acompañado de la manzana y la salsa que acabamos de preparar.



A disfrutar en la mesa, buen provecho.

(Plato del recetario de Su de webosfritos)

