elGourmet

Bife marinado

Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Aceite de Sésamo: 1 cdita.
Salsa de soja: 2 cdas.
Comino: A gusto
Ralladura de limón: 1 cdita.
Bife de chorizo: 600 grs.
Jengibre: A gusto
Salsa De Pescado: 1 cda.
Aceite De Oliva: Cantidad necesaria
Ajo: 1 Diente
Pimienta Negra: A gusto
Azucar: 1 cda.
Pimienta rosa: 1 cdas.

Caldo

Salsa de soja: 2 cdas.
Lemon grass - vara: 1 Unidad
Azucar: 1 cdita.
Agua: 1 Taza
Vinagre: 1 cdita.
Salsa De Pescado: 1 cdita.

Ensalada

Aceite De Oliva: 6 cdas.
Diente de león: Cantidad necesaria
Jugo De Lima: 1 cda.
Sal y Pimienta: A gusto
Rúcula: A gusto
Ralladura de lima: 1 cda.
Menta: A gusto
Cilantro: A gusto
Micro green: A gusto
Aceto balsámico: 2 cdas.

Ensalada oriental

Chile: 1 Cantidad necesaria
Espinaca: 1 Paquete
Agua hirviendo: Cantidad necesaria
Fideos de arroz: 300 g
Aceite De Oliva: Cantidad necesaria
Hierbas picadas: A gusto

Papaya

Azucar rubia: 3 cdas.
Papayas: 2 Unidades
Ralladura de lima: 1 cda.
Helado de crema: A gusto

Preparación de la Receta

- Retire el exceso de grasa del **bife** de chorizo.
- Coloque en un mortero el *jengibre*, la pimienta rosa, el *ajo* y machaque.
- Coloque en un bowl el resto de los ingredientes agregue la preparación anterior.
- Unte el *bife* de chorizo con la preparación, coloque en una bolsa da plástico y deje *marinar*

Ensalada oriental

- Hidrate los fideos de *arroz* con agua hirviendo durante unos minutos.
- Cuele y pase por agua fría.
- Retire las semillas y las nervaduras del *chile*, luego pique.
- En una sartén con aceite de oliva caliente, saltee la *espinaca* hasta que pierda rigidez.

Caldo

- En una olla coloque el agua, la salsa de soja, la salsa de pescado el azúcar y el lemon grass, mezcle y deje a reducir.
- Retire del fuego y agregue el *vinagre*.
- Cuele.

Ensalada

- Mezcle en un bowl el aceite, el aceto, la sal, la pimienta, la ralladura y el *jugo* de lima, mezcle hasta emulsionar formando una vinagreta.
- Coloque en un bowl el resto de los ingredientes y condimente con la vinagreta

Papaya

- Coloque en el mortero el azúcar junto con la ralladura de lima y mezcle hasta que el azúcar quede verde.
- Retire las semillas de la *papaya*, pele y corte en gajos.

Armado

- En una *plancha* caliente, selle el *bife* primero por el lado de la grasa.
- Retire, coloque en una placa y lleve al horno bien caliente, durante 15 a 20 minutos
- Retire del horno, deje reposar unos minutos y corte en laminas finas.
- Coloque la pasta en un bowl, agregue el caldo, el *chile* picado, la *espinaca* salteada y mezcle.
- Espolvoree los gajos de *papaya* con el azúcar de lima.

Presentación

- Sirva en una fuente
- Sirva la *papaya* en un plato y acompañe con el helado a gusto.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/bife-marinado-3