Braseado de tocino barriguero con calentado de frijoles



Ingredientes

Para el braseado

Jugo de Naranja: 1 Taza
Clavo De Olor: 2 Unidades
Canela: 1 Ramas
Pimienta de Jamaica: A gusto
Tocino barriguero: 1 kg
Panela: 250 g

Para el calentado de Frijoles

Plátano verde: 1 Unidad
Perejil: 1 Manojo pequeño
Hogao: 2 cdas.
Mandioca: 1 Unidad
Maicitos: 100 g
Zanahorias: 2 Unidades
Cilantro: 1 Manojo pequeño
Mozzarella: 250 g
Cubos de plátanos fritos: 1 Taza
Hogao: 150 g
Sal y Pimienta: A gusto
Frijoles rojos: 1 Tazas
Arroz blanco cocido: 1 Tazas
Panela: 1 cda.
Comino: 1 cdita.

Para el picadillo criollo

Cebolla roja en plumas: 1 Unidad
Perejil: A gusto
Cilantro: Un poco
Pimentón rojo: 1 Unidad

Preparación de la Receta

Para el braseado

- Salar el **tocino** y *dorar* por ambos lados en una sartén caliente.
- En una fuente para horno preparar la *marinada* del *tocino* con fondo de *res*, *jugo* de *naranja*, *panela*, pimienta de Jamaica, clavo de olor y canela en rama.
- Una vez dorado el *tocino* sumergir en la fuente, cubrir con papel plateado y hornear a temperatura moderada durante 3 a 4 hs.

Para el calentado de Frijoles

- Sumergir los frijoles rojos en agua e hidratar durante 24 hs, cambiándola periódicamente.
- Escurrirlos y reservar.
- Llevar los frijoles a cocción con agua limpia, *zanahoria* entera, *mandioca* en trozos, *hogao* y *plátano* verde rallado.
- *Sazonar* con *comino*, sal y un toque de *panela*.
- Llevar al fuego hasta que los frijoles estén tiernos y la preparación espese
- Reservar.
- *Dorar* en sartén con un poco de aceite *arroz* blanco previamente *cocido* y enfriado.
- Agregar *plátano* maduro previamente cortado y frito, *hogao* y maicitos
- Incorporar el calentado de frijoles.
- Agregar queso *mozzarella* en trozos y revolver hasta que se derrita.
- *Sazonar* con sal y pimienta.
- Terminar con *perejil* y *cilantro* frescos picados.

Para el picadillo criollo

- Mezclar en un bowl *cebolla* roja en pluma, *pimentón* rojo en pluma, *cilantro* y *perejil* picado.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/braseado-de-tocino-barriguero-con-calentado-de-frijoles