Carne con Brócoli Cachanilla

Tiempo de preparación: 60 Min

Ingredientes

Carne

Aceite Vegetal: c/n
Chile árbol: 4 Unidades
Filete de res en escalopas: 500 grs
Pimienta negra molida: c/n
Sésamo tostado: 2 cdas
Brócoli: 600 grs
Ejotes chinos: 400 grs
Jengibre: 50 grs
Sal: c/n
Harina: 4 y 1/2 Taza

Salsa

Chiles pasilla: 3 Unidades
Pimienta gorda: 4 Unidades
Salsa De Pescado: 1 cda
Miel de agave: 1 Taza
Salsa de soja: 1 cda

Preparación de la Receta

Salsa

- Hidratar los chiles pasillas limpios en agua hirviendo.
- Licuar la salsa soya, salsa de pescado, miel de agave, los chiles pasilla hidratados, un poco del líquido de los chiles y pimienta gorda
- Reservar.

Ejotes

- *Blanquear* los ejotes chinos cortados en el agua de los chiles previamente salada

- Colar y reservar.

Carne

- Salpimentar la carne.
- Enharinar los filetes de carne y sacudir el excedente.
- Freír en aceite vegetal la carne, dar vuelta y cocinar
- Reservar.
- Sofreír el **brócoli** en la misma grasa que soltó la carne.
- Agregar el *jengibre* en rebanadas gruesas y los ejotes blanqueados.
- Incorporar la carne, la salsa y un poco de agua.
- Incorporar los chiles de árbol y dejar cocinar.

Montaje

- Servir en un plato y espolvorear con *ajonjolí* o *sésamo*.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/carne-con-brocoli