

Costillas de cordero con tinta de sepia y flan de coliflor

Tiempo de preparación: 30 Min



Ingredientes

Pimienta verde: A gusto

Vino Blanco: 50 cc

Costillas de cordero: 8 Unidades

Tinta de sepia: 2 cdas.

Sal: A gusto

Aceite De Oliva: Cantidad necesaria

Manteca congelada: 50 g

Caldo de carne: Cantidad necesaria

Flan de coliflor

Manteca: 50 g

Cebolla rehogada: 1 Unidad

Pan Rallado: Cantidad necesaria

Huevo: 1 Unidad

Coliflor: 400 g

Varios

Pimienta verde: A gusto

Aceite de oliva extra virgen: Cantidad necesaria

Brotos de verdura: Cantidad necesaria

Preparación de la Receta

- Retire la piel de las costillas de **cordero**, condimente con sal y pimienta verde, previamente molida.
- En una sartén con aceite de oliva selle las costillas de *cordero* de ambos lados.
- Precaliente el horno a 180°, coloque las costillas en una placa para horno.
- Lleve al horno a terminar la cocción (8 minutos aproximadamente).
- Levante el fondo de cocción de la sartén, con el vino blanco, deje evaporar el alcohol y agregue la tinta de **sepia**.
- Agregue el caldo de carne y deje reducir.
- Agregue la *manteca* congelada y mezcle hasta emulsionar.

Flan de coliflor

- Separe las flores de **coliflor** y coloque en una olla con abundante agua hirviendo a cocinar.
- Retire y pase por agua helada.
- Pique y mezcle en un bowl con la *cebolla* rehogada, una cucharada de *manteca* y *huevo*.
- En moldes individuales previamente enmantecados y espolvoreados con pan rallado, coloque la mezcla.
- Precaliente el horno a 160°.
- En una fuente para horno a baño María cocine los flanes de *coliflor*, por 15 minutos aproximadamente.

Presentación

- En un plato sirva la *costilla* de *cerdo* sobre la salsa, acompañe con el flan de *coliflor*, decore con brotes de verdura y rocíe con aceite de oliva y pimienta verde.

Consulta la receta original en

<https://elgourmet.com/recetas/costillas-de-cordero-con-tinta-de-sepia-y-flan-de-coliflor>