Cous cous de lomito de cordero

Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Cous cous

Zuchini: 1 Unidad
Nuez Moscada: A gusto
Aceite De Oliva: Cantidad necesaria
Tomate seco hidratado en cubos: 50 g
Comino molido: 1 cdita.
Mantequilla: 20 grs.
Pimiento rojo: 1 Unidad
Cous Cous: 150 g
Sal y Pimienta: A gusto
Caldo De Ave: 300 cc
Chauchas: 50 grs.

Helado de Cilantro

Sal: A gusto
Azucar: 150 grs.
Yemas de huevo: 3 Unidades
Jugo de Limón: 35 cc
Queso Crema: 300 grs.
Aceite De Oliva: 100 cc
Pimienta negra molida: 1 cda.
Agua: 200 cc
Hojas de cilantro: 100 g
Hojas de Perejil: 50 g
Glucosa: 30 grs.
Espinacas blanqueadas: 50 g

Lomito de cordero

Sal: A gusto
Aceite De Oliva: Cantidad necesaria
Tomillo: 2 Ramitas
Ajo machacado: 1 Unidad
Romero: 2 Ramas
Pimienta Negra en grano: 1 cda.
Lomito de cordero deshuesado: 6 Unidades

Salsa de Cordero

Harina: 25 grs.
Huesos de cordero: 600 g
Caldo de carne: 2 L
Romero: 2 Ramas
Echalotte chico picado: 2 Unidad
Concentrado de tomates: 10 cc
Sal y Pimienta: A gusto
Vino Tinto: 200 cc
Mirepoix (zanahoria, cebolla, apio en cubos): 30 g
Mantequilla: 20 grs.

Varios

Manteca: Cantidad necesaria
Aceite de cilantro: Cantidad necesaria
Aceite De Oliva: Cantidad necesaria

Preparación de la Receta

Lomito de cordero

- Prepare una *marinada* colocando todos los ingredientes en un bowl.
- Añada los lomitos de **cordero**, y deje macerar unos minutos.
- Retire los lomitos de la *marinada* y cocine de ambos lados en una sartén caliente con aceite de oliva.
- Termine la cocción en el horno a 180° durante 5 a 8 minutos.

Salsa de cordero

- Dore los huesos de *cordero* en el horno, agregue el *mirepoix* y dore ligeramente
- Coloque los huesos y las verduras en una olla a fuego fuerte y desglace con 100cc de vino tinto la fuente de horno donde los doró, e incorpore a la olla el líquido obtenido.
- Agregue el concentrado de tomates, la *harina* en forma de lluvia.
- Vierta el fondo de carne a la olla junto con el *romero* y cocine a fuego suave espumando constantemente durante 1 hora aproximadamente.
- Deje reducir hasta obtener consistencia de salsa de aproximadamente un litro.
- Filtre el caldo y reserve.
- En una olla con *manteca* y aceite de oliva dore los echalottes picados, desgalce con el resto del vino tinto y deje evaporar el alcohol.
- Agregue el fondo de *cordero* y deje cocinar
- Rectifique la sazón.
- Termine la salsa con *manteca* fría para ligar.

Cous cous

- Ponga en una *cacerola* el caldo de ave y condimente con sal, pimienta, *comino* y nuez moscada y *manteca*.
- Lleve a fuego a punto de hervor, agregue el cous cous, revuelva y retire del fuego.
- Tape y deje reposar durante 7 min
- Reserve.
- Corte las verduras en cuadrados chiquitos.

- En una sartén caliente con aceite de oliva y *manteca* saltee las verduras.
- Agregue el cous cous a la sartén, mezcle y saltee unos minutos más.

Helado de Cilantro

- Prepare un *almíbar* ligero colocando el agua junto con el azúcar en un olla a fuego medio
- Deje enfriar.
- Coloque el *almíbar* en un bowl junto con el *jugo* de *limón*, las yemas de *huevo*, la glucosa líquida y el queso *crema*
- Mezcle bien hasta que no se vean grumos.
- Coloque las hojas de *cilantro*, *perejil*, *espinaca* y sal en una licuadora
- Agregue aceite de oliva, pimienta y procese.
- Vierta la emulsión obtenida en la mezcla anterior y bata hasta integrar.
- Lleve a la maquina de helados y deje trabajar hasta que esté listo.

Presentación

- Ponga en el centro del plato un aro de aprox
- 8 cm de diámetro y 1, 5 cm de alto, rellene con el cous cous, presionando ligeramente.
- Disponga las rodajas de *cordero* sobre el cous cous.
- Rocíe con la salsa de *cordero* alrededor del plato y decore con un bouquet de hierbas.
- A un costado ponga una cuchara *china* con una bolita de helado de *cilantro* y termine con aceite de *cilantro*.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/cous-cous-de-lomito-de-cordero