

Dados de carne con puré de nabos y coliflor

Tiempo de preparación: 30 Min



Ingredientes

Sal: A gusto

Aceite de oliva en aerosol: Cantidad necesaria

Puré

Leche descremada: 30 cc

Sal: A gusto

Coliflor blanqueado: 100 g

Nuez Moscada: Una pizca

Reducción de remolacha

Jugo de remolacha: 200 cc

Azucar morena: 5 grs.

Varios

Hierbas secas: 2 cdas.

Carne de ternera: 300 g

Pimienta roja en grano: 20 g

Ralladura de limón: 1 Unidad

Nabo: 100 g

Jugo de Limón: 2 Unidades

Comino: 1/2 cedita.

Pimienta roja molida: 1 cda.

Preparación de la Receta

- Desgrase la carne de *ternera* y corte en cubos.
- En un mortero muela la pimienta roja en granos.
- Condimente la carne con la pimienta roja molida y deje *marinar* por unos minutos.
- En un grill bien caliente rociado con aceite de oliva selle la carne de ambos lados, condimente con sal.

Puré

- Separe el **coliflor** en flores.
- Pele y corte el *nabo* en cubos pequeños.
- En una olla con agua hirviendo salada con *limón* cocine las verduras.
- En un procesador coloque las verduras y procese.
- Agregue la leche, nuez moscada y sal.
- Coloque en un bowl y agregue la ralladura de *limón*, mezcle y reserve.

Reducción de remolacha

- En una olla coloque el *jugo de remolacha*, el *comino* y el azúcar moreno.
- Deje reducir a fuego suave y reserve.

Presentación

- En un plato coloque el puré, encima la carne y rocíe con la reducción de *remolacha*.
- Decore con hierbas secas y pimienta roja molida.

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/dados-de-carne-con-pure-de-nabos-y-coliflor>