Espárragos envueltos en carne de cerdo salteado con vegetales

Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Esparragos: 200 g
Carre de cerdo: 500 g
Panceta ahumada: 100 g
Clara: 1 Unidad
Aceite Neutro: Cantidad necesaria
Harina: Cantidad necesaria
Sal y pimienta negra: A gusto

Verduras

Cebolla: 1 Unidad
Aceite Neutro: 3 cdas.
Ajo: 2 Dientes
Guindilla colorada: 1/2 Unidad
Hongos Shitake: 50 grs.
Brotes de soja: A gusto
Cebolla de verdeo: 2 Tallos

Preparación de la Receta

- En una olla con abundante agua caliente y sal blanquee los espárragos durante 1 minuto, retire y colóquelos en un recipiente con abundante agua helada.
- Retire luego la base de los espárragos y corte el resto en cuatro bocados.
- Corte el carré en láminas.
- Retire los bordes de las *fetas* de *panceta*.
- Bata la clara de *huevo* hasta romper el ligue.

Verduras

- Remoje los *hongos* durante 8 horas, luego retire, escurra y séquelos.
- Retire el tronquito de los *hongos* y corte en juliana.
- Pele y corte la *cebolla* en pluma.

- Retire las nervaduras y las semillas de la *guindilla*, luego corte en juliana.
- Pele los dientes de *ajo* y corte en juliana.
- Corte al bies la *cebolla* de verdeo.

Armado

- Envuelva la mitad de los espárragos con *fetas* de *panceta* y el resto con láminas de carré de **cerdo**, pinche con un *palillo*.
- Sazone con sal y pimienta negra.
- Pase los espárragos por la clara de *huevo* y luego por *harina* dejando bien cubierto.
- En un wok con abundante aceite caliente fría los espárragos hasta dorarlos, retire y escurra sobre papel absorbente.
- En un wok con caliente con aceite neutro saltee la *cebolla* junto con los *hongos* unos minutos luego agregue la *guindilla*, los ajos y la *cebolla* de verdeo, saltee durante unos minutos mas y justo antes de retirar incorpore los brotes de soja.

Presentación

- Sirva en un plato un colchón de verduras y encima coloque los espárragos envueltos.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/esparragos-envueltos-en-carne-de-cerdo-salteado-con-vegetales