

Estofado de bife con porotos negros fermentados

Tiempo de preparación: 30 Min



Ingredientes

Cebolla: 1/2 Unidad

Caldo De Pollo: 1 Taza

Lomo: 100 g

Porotos negros fermentados: 2 cdas.

Azucar: 1 cdita.

Salsa de ostras: 1 cda.

Ajo: 1/2 Diente

Cebolla de verdeo: 1 Unidad

Fecula De Maiz: 1 cda.

Jengibre: 5 g

Preparación de la Receta

Para comenzar

cortamos el lomo en láacute

- Minas muy finas
- Reservamos.
- Luego, rallamos 1/2 diente de *ajo* e igual cantidad de *jengibre*
- Cortamos finamente la parte verde de 1 *cebolla* de verdeo y reservamos.
- Por otro lado, en una olla mediana, colocamos el *ajo*, *jengibre*, la parte blanca de la *cebolla* de verdeo finamente cortada, 1/2 *cebolla* chica cortada en juliana, 1 cuchara grande de salsa de ostras, 1 taza de caldo de *pollo*, 2 cucharas grandes de porotos negros fermentados, el *lomo* fileteado y llevamos todo a fuego medio hasta que se cocinen los vegetales y la carne.
- Pasados unos minutos, añadimos 1 cuchara de azúcar y continuamos con la cocción.
- Cuando la preparación haya hervido, incorporamos 1 cuchara grande de fécula de maíz diluída con 1 cuchara grande de agua y revolvemos sin parar hasta ligar la salsa.
- Servimos en plato hondo y espolvoreamos con *cebolla* de verdeo.

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/estofado-de-bife-con-porotos-negros-fermentados>