

Filetito de cerdo en recado de cacao con puré de plátano y ensalada de habas

Tiempo de preparación: 30 Min



Ingredientes

Filete de cerdo: 400 k

Aceite De Maíz: 2 cdas.

Ensalada de habas

Habas frescas peladas: 50 g

Sal: 3 g

Jugo de Limón: 2 Unidades

Cebolla Morada: 1/2 Unidades

Chile poblano: 2 Unidades

Cilantro: 20 Hojas

Aceite De Oliva: 30 cc

Puré de plátano macho

Cilantro Picado: 1 cda.

Sal: 2 g

Crema acida: 1/2 Taza

Plátano macho maduro: 3 Unidades

Azucar: 1 cda.

Recaudo

Granos de Cacao tostado: 1/2 Taza

Semilla de Anís: 1/2 cdita.

Semillas de chile seco: 1 cda

Semillas de cilantro: 1 cdita.

Semillas de comino: 1/2 cdita.

Pimienta gorda en grano: 8 Unidades

Salsa

Agua: 1/2 Taza

Vinagre Blanco: 80 cc

Piloncillo: 100 g

Cilantro Picado: 2 cdas.

Cebolla asada: 1/4 Unidad

Sal: 2 g

Chile chipotle en adobo: 1 Unidades

Chile Chipotle seco: 3 Unidad

Tomate verde asado: 2 Unidades

Preparación de la Receta

- Sazone con sal los filetes de **cerdo**.

Salsa

- Coloque los chiles chipotles secos en una placa y séquelos en el horno a 220°C, hasta que estén carbonizados.
- Una vez carbonizados los chiles colóquelos en una licuadora junto con los tomates asados, la *cebolla* asada, *chile chipotle* en adobo, el *cilantro*, el *piloncillo*, *vinagre* blanco, agua y sal, licue hasta obtener una salsa lisa y homogénea
- Vierta en una *cacerola* y cocine a fuego mínimo.

Puré de plátano macho

- Coloque los plátanos en una placa con papel *manteca* y cocínelos en el horno hasta que estén completamente negros.
- Terminada la cocción quite la piel de los plátanos, coloque la pulpa en un bowl y agregue la *crema* acida, *cilantro* picado, sal y azúcar, pise hasta obtener un puré y luego coloque en una *cacerola*, lleve a fuego mínimo hasta que tome temperatura.

Recado

- Muela los granos de cacao, las semillas de *comino*, anís, *chile*, *cilantro* y la pimineta gorda.

Ensalada de habas

- Pele las **habas** y luego blanquéelas en abundante agua hirviendo, retire y páselas por agua helada para cortar la cocción.
- Corte los chiles poblanos previamente escaldados en juliana.
- Pele y corte la *cebolla* en pluma.
- Coloque las *habas* en un bowl, incorpore la *cebolla*, el *chile*, sazone con sal, *jugo* de *limón* y aceite de oliva, mezcle y reserve en la heladera hasta el momento de consumirla
- Al momento de servir incorpore las hojas de *cilantro*.

Armado

- Cubra de ambos lados los filetes de *cerdo* con el recado.
- En un grill caliente con aceite de maíz selle los filetes de *cerdo*, luego acomódelos en una placa con papel siliconado y termine la cocción en horno precalentado a 200°C durante 10 minutos.

Presentación

- Sirva en un plato un filete de *cerdo* y salsee con la salsa.
- Acompañe con una porción de puré de **plátano** y ensalada de *habas*.

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/filetito-de-cerdo-en-recado-de-cacao-con-pure-de-platano-y-ensalada-de-habas>