Lomo vuelta y vuelta con papines dorados y rucula



Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Mostaza: 2 cdas.
Tomillo fresco: A gusto
Salsa de soja: 1 Taza
Lomo: 500 g
Rúcula: A gusto

Guarnición

Salsifí: 2 Unidades
Leche: Cantidad necesaria
Rúcula: A gusto
Manteca: 1 cda.
Papines: 500 g

Salsa

Rúcula: 8 Hojas
Salsa de soja: 2 cdas.
Aceite De Oliva: 4 cdas.
Sal y Pimienta: A gusto

Preparación de la Receta

- Coloque el **lomo** en un recipiente junto con el *tomillo*, la salsa de soja y la *mostaza*
- Deje *marinar*.

Guarnición

- Pele los salsifíes y sumerja en leche con *tomillo* durante unos minutos.
- En una sartén caliente cocine los salsifíes junto con la leche y el *tomillo*, condimente con sal.
- En una olla con abundante agua hirviendo con sal cocine los papines previamente lavados durante 5 minutos aproximadamente.
- Retire y realice un puré junto con la *manteca* y pimienta.

- Condimente con *tomillo*.
- Incorpore las hojas de **rucula** y mezcle

Salsa

- Pique las hojas de *rucula*.
- Coloque en un bowl la salsa de soja junto con la sal, pimienta y emulsione con el aceite de oliva.
- Agregue las hojas de *rucula*
- Mezcle

Armado

- En una sartén con aceite de oliva caliente y sal, selle el *lomo* vuelta y vuelta.
- Condimente con pimienta.

Presentación

- Sirva en un plato el puré con la *rucula* en el centro por encima el *lomo*
- Salsee con la salsa de *rucula* y acompañe con los salsifíes

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/lomo-vuelta-y-vuelta-con-papines-dorados-y-rucula