Medallón de res a las tres pimientas



Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Pimienta: A gusto
Jerez: 1 Taza
Costillas de cerdo: 400 g
Aceite De Oliva: 1 cda.
Azucar: 1 cda.

Guarnicion

Fondo de Pollo: 1 L
Aceite De Oliva: 3 cdas.
Sal y Pimienta: A gusto
Lentejas: 1 Taza
Papa: 2 Unidad
Bife de carré de cerdo: 2 Unidades
Cebolla picada: 1 Unidad

Salsa

Pimienta verde: A gusto
Ajo picado: 1 Diente
Pimienta roja: A gusto
Cebolla picada: 1 Unidad
Vino Tinto: 1/2 L
Pimienta blanca: A gusto
Wasabi: A gusto
Salsa de soja: 1 Taza

Varios

Fondo de ternera: 45 cc

Preparación de la Receta

- En un recipiente coloque las costillas junto con el jerez y el azúcar, cubra el mismo con papel film y reserve en la heladera durante 8 horas aproximadamente

- En una sartén caliente con aceite de oliva selle las costillas marinadas de ambos lados y sazone con pimienta.
- Una vez selladas las costillas de ambos lados dispóngalas en una placa y termine la cocción en horno precalentado a 200ºC.

Guarnición

- En una olla con aceite de oliva saltee la *cebolla* junto con las lentejas.
- Una vez que las lentejas hayan obtenido un *color* dorado añada el fondo de *pollo* y cocínelo hasta que este al denté.
- En otra sartén caliente con aceite de oliva selle los bifes de todos sus lados previamente sazonados con sal y pimienta
- Una vez sellados retírelos de la sartén, déjelos reposar y reserve el *jugo* de la cocción en la misma sartén.
- En una placa disponga las papas con piel y cocine en horno precalentado durante 45’.
- Una vez cocidas las papas pélelas y realice un puré junto con las lentejas.

Salsa

- Lleve la sartén con los jugos reservados del sellado de los bifes a fuego mínimo, desglace con vino tinto, y una vez evaporado el alcohol incorpore el *ajo* junto con la *cebolla*, las pimientas, el *wasabi* y la salsa de soja, mezcle y deje reducir hasta que espese.

Armado

- Corte las costillas en tiras y envuelvalas con los bifes, traspáselos con palillos de brochette cruzados, coloque los bifes en la sartén con la salsa a fuego medio y aderece la salsa con el fondo de *ternera*.

Presentación

- Sirva en un plato un colchón de puré de lentejas y papas, coloque encima del mismo el *bife* y bañe con la salsa de tres pimientas.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/medallon-de-res-a-las-tres-pimientas