

# Ojo de bife relleno con arroz fragante y ensalada de berenjenas.

Tiempo de preparación: 30 Min



## Ingredientes

### Para la ensalada de berenjenas

**Berenjenas:** 2 Unidades

**Ajo:** 1 Diente

**Aceite De Oliva:** 1/2 Pocillo

**Sal y Pimienta:** A gusto

**Yogurt Natural:** 1 Unidad

### Ojo de Bife

**Cebollas:** 2 Unidades

**Vino Blanco:** 125 cc

**Sal y Pimienta:** A gusto

**Ojo de bife:** 1.5 k

**Ajo:** 2 Dientes

**Aceite De Oliva:** 1 Pocillo

### Para el arroz

**Canela:** 1 Ramita

**Pistachos:** 50 grs.

**Azafrán:** 1 Cápsula

**Arroz basmati:** 150 g

**Manteca:** 50 grs.

**Cardamomo:** 5 Semillas

**Berries secos:** 2 cdas.

**Cebolla en brunoise:** 1 Unidad

## Preparación de la Receta

## Para el arroz

- Calentar una sartén con la *manteca*, agregar la *cebolla*, dejar cocinar por 8 minutos, agregar la canela y el *cardamomo*, y cocinar por tres minutos más.
- Colar el **arroz** y agregarlo a la *cebolla* junto con los berries, *azafran*, sal, cubrir el **arroz** con caldo, reducir el fuego a mínimo, tapar y cocinar, por 8 minutos.
- Enfriar separar con un tenedor, agregar los pistachos picados, reservar.
- Abrir el ojo de **bife** en forma de manta, rellenar con el *arroz*, atar, salpimentar, sellar en una sartén con aceite de oliva.
- En una placa para horno hacer una cama con las *cebolla* en sextos, poner el ojo de *bife* encima de las cebollas.
- Rociar con el vino blanco, y el pocillo de aceite de oliva, cocinar en horno a 180 grados por una hora.

## Para la ensalada de berenjenas

- Cortar las berenjenas en rodajas de medio centímetro, sal una por una y dejar reposar por 20 minutos secarlas
- Calentar una sartén con aceite de oliva *dorar* las *berenjena*, pimentar, reservar.
- Picar el *ajo* en *brunoise*, agregar el yogurt, salpimentar.
- Servir una *rodaja* de ojo de *bife* acompañada de berenjenas y un poco de salsa de yogurt.

Consulta la receta original en  
<https://elgourmet.com/recetas/ojo-de-bife-relleno-con-arroz-fragante-y-ensalada-de-berenjenas>