elGourmet

Riñones y mollejas

Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Cebolla de verdeo: 2 Unidades
Extracto de carne: 1 cda.
Pimienta verde en grano: 1 cdita.
Vino Tinto: 100 cc
Echalottes: 2 Unidades
Mostaza: 1 cda.
Jugo de Limón: A gusto
Vino Blanco: 100 cc
Sal y Pimienta: A gusto
Crema de leche: 2 cdas.
Molleja: 1 Unidad
Riñon: 1 Unidad

Guarnición

Espinacas: 1 Paquetes

Vinagreta

Aceite De Oliva: A gusto
Aceto balsámico: 20 cc
Sal y Pimienta: A gusto

Preparación de la Receta

- Blanquear las mollejas por 5 minutos en agua hirviendo salada con *jugo* de *limón*.
- Retirar y pasar por agua fría para templar y sacar luego los excesos de grasa
- Filetear y reservar.
- Limpiar los riñones, retirando todos los excesos de grasa y cortar en rodajas de 2 cm de espesor.
- Comenzar a *dorar* las mollejas en una sartén con aceite de oliva y en otra los riñones
- Tener en cuenta que los puntos de cocción son distintos en cada caso

-Para los riñones

- *Dorar* de lado y lado muy rápidamente y deglasar con vino tinto, eliminar ese *jugo*
- Colocar nuevamente un poco de aceite de oliva y *saltear* los echalottes picados, agregar vino tinto, la sal, la pimienta negra recién molida, el extracto de carne y finalmente la pimienta verde en grano, dejar reducir unos minutos.
- En otra sartén, *saltear* y *dorar* las mollejas, agregar *cebolla* de verdeo picada fina.
- Deglasar con vino blanco, agregar la *crema* de leche, la *mostaza*, la sal y la pimienta negra recién molida.

Guarnición

- Lavar y secar las hojas de *espinaca* y reservar.

Vinagreta

- Preparar una vinagreta con aceite de oliva, el aceto balsámico, la sal , la pimienta negra recién molida.

Presentación

- Ubicar en un plato las mollejas de un lado y los riñones del otro y en el centro del mismo la *espinaca*, rociadas con la vinagreta

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/rinones-y-mollejas