elGourmet

Trifongo a Caballo

Tiempo de preparación: 45 Min

Ingredientes

Aceite Neutro: c/n
Platano Maduro: 1/2 unidad
Yuca blanqueada: 1/2 unidad
Ajo: 3 Dientes
Plátano verde: 1/2 unidad

Acompañamiento

Huevos fritos: 2 Unidades

Salsa

Aceite Neutro: c/n
Ajo picado: 1 Diente
Pimiento amarillo: 1/2 unidad
Sal: c/n
Salchicha: 200 g
Cebolla: 1/2 unidad
Pimiento verde: 1/2 unidad
Pimiento rojo: 1/2 unidad
Tocino: 200 grs

Preparación de la Receta

Trifongo

- Freír en rodajas el *plátano* macho, el *plátano* maduro y la *yuca* blanqueada.
- En un mortero majar dientes de *ajo* con un poquito de sal hasta obtener una pasta.
- Agregar el *plátano* verde frito y majar hasta integrar.
- Añadir *yuca* y por último el *plátano* macho.
- Moler todo hasta integrar y tener una preparación homogénea sin trozos.

Salsa

- *Saltear* en aceite *ajo* picado, *cebolla* y pimientos en juliana hasta que los vegetales estén tiernos.
- Agregar cubos de *panceta* o *tocino*, rodajas de salchicha fresca y seguir hasta cocinar las carnes.
- *Condimentar* con sal y reservar.

Armado

- Dar forma de hamburguesas a porciones de trifongo y colocar en el plato.
- Colocar sobre las porciones de trifingo la salsa de vegetales con carnes y terminar con 1 *huevo* frito arriba de cada porción.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/trifongo-a-caballo