

SOLOMILLO DE CERDO CON MANZANA

INGREDIENTES (4 personas)

- 800 g de solomillo de cerdo cortado en medallones o tacos.
- 1 cebolla de tamaño mediano
- 1 diente de ajo
- 1 manzana Golden (amarilla)
- 1 vaso (250ml) de vino blanco
- Agua
- 100 ml de aceite de Oliva virgen extra
- Sazonado:
 - Sal
 - Pimienta Negra

PREPARACIÓN

Elegir una cacerola grande, de forma que entren todos los ingredientes, pues será donde se realice toda la preparación.

1. Se pican en trozos pequeños la cebolla y los dientes de ajo
2. Troceamos la manzana en tacos de 1x1 cm aproximadamente

Elaboración

1. Echamos en la cacerola el aceite. (los 100 ml son aproximadamente medio vaso de yogur)
2. Se calienta el aceite a fuego medio-alto (7/10) hasta que esté lo suficientemente caliente para freír.
3. Se sazona la carne
4. Se fríe la carne un poco evitando que se dore, solamente para que se selle.
5. Se saca la carne de la cazuela, y se pone en un recipiente aparte.
6. En la cacerola, se echa la cebolla picada y los ajos
7. Se mueve todo hasta que la cebolla esté bastante pochada, sin que esté tostada.

8. Se echa la manzana troceada a la cacerola,
9. Se remueve todo para que se mezcle bien y que la manzana se ablande.
10. Se echa de nuevo la carne en la cacerola
11. Se remueve todo hasta que todo esté bien mezclado
12. Se da un hervor de 5 min.
13. Se echa el vino blanco de mesa, y agua hasta que se cubra toda la carne
14. Se cuece a fuego medio
15. Se remueve de vez en cuando, mientras se consume el agua/vino.
16. Una vez que el agua se está casi consumida, se retira del fuego.

Posibles ideas de presentación

Esta carne se puede servir con patatas fritas, con verduras hervidas (judías verdes en trocitos pequeños) o/y con arroz.

Y a servir y a disfrutar

