

HOY COMEMOS CERDO

¡y el resto de los días también!



Ingredientes

1/2 kg. de carne de cerdo (pierna o lomo) molida o picada a cuchillo
5 tomates pelados
200 grs. de zanahorias
1/2 kg. de papa
1/2 taza de arvejas precocidas
1 cucharada de ají colorado molido y frito
4 cucharadas de aceite de oliva
2 cucharadas de perejil picado
1 cucharada de pimentón molido
1 cebolla grande
1 lata de cerveza o chicha
1 cucharadita de orégano seco
Ajo, comino, pimienta y sal a gusto

Preparación

Cortar las papas y las zanahorias en tiritas y reservar.
Picar la cebolla en corte pluma y el tomate en cuadraditos. Calentar el aceite de oliva en una sartén y saltear la cebolla.
Agregar las papas, las zanahorias, el tomate, ají y demás condimentos, mover y añadir la carne.
Dejar cocer hasta que suelte su jugo, echar luego la cerveza (se puede remplazar por chicha) y si hiciera falta agregar 1 taza de agua.
Después de 10 minutos de cocción, añadir las arvejas que fueron cocidas previamente.
Mezclar cuidadosamente y servir de inmediato con el arroz blanco y la ensalada de cebolla, perejil y tomate.

Saice



Ingredientes

1 kg. de bondiola de cerdo
2 cebollas
4 tomates
1 cucharada de mantequilla
1 copa de vino blanco
1 taza de arroz
500 grs. de yuca
1 locoto
2 cucharadas de aceite
Sal y pimienta a gusto

Preparación

Cortar la bondiola en bifés de 2 dedos de espesor.
Cortar la cebolla y el tomate en pluma o tiritas para la chorrellana; colocar el aceite en la sartén y freír primero la cebolla hasta que esté dorada; luego agregar el tomate y saltear evitando que se deshaga. Agregar el vino y dejar evaporar el alcohol, salpimentar y reservar.
Fritar la yuca y cocer el arroz blanco sólo con un poco de ajo y sal.
Poner los bifés en la plancha o grill con sal y cocer por ambos lados logrando un buen grillado.
Servir los bifés con la chorrellana, el arroz, la yuca crocante y un poco de llajgüa.

* La bondiola es la parte alta de la columna vertebral conocida como cogote.

Chorrellana

CORTE SUGERIDO:
BONDIOLA DE CERDO