

RECETAS DE COCINA

Solomillo: cómo cocinar la carne de cerdo

El paso a paso para la receta de cocina del solomillo de cerdo, una de las preparaciones más deliciosas, que puede ser acompañada de distintas maneras.

19 DE OCTUBRE, 2021 | 12.06



Solomillo de cerdo: el paso a paso de la receta de cocina.

El **solomillo de cerdo** es una de las **comidas** más sabrosas que existen en la actualidad, por lo que bien vale la pena entonces conocer **el paso a paso de la preparación, los ingredientes, cómo se hace** y los detalles de la elaboración en sí misma. La **receta de cocina** en esta oportunidad no es tan complicada, aunque si no se le presta la atención debida puede haber diferentes inconvenientes durante el proceso.

largo de la porción central de la columna, ventral a las vértebras lumbares del animal.

MÁS INFO



Consejos de salud

Mala alimentación: 6 de cada 100 argentinos llevan adelante una dieta variada

Cómo hacer y cocinar el solomillo de cerdo

Al horno con papas

Ingredientes:

- 750 gramos de **solomillo de cerdo**.
- 4 **papas** medianas.
- 1 **cebolla**.
- 1 vaso de **vino**, preferiblemente blanco.
- 1 vaso del **caldo de la misma carne**.
- **Pimienta negra** al gusto.
- **Sal** suficiente para darle el sabor agradable que se requiere.
- **Aceite de oliva** extra virgen.



La receta de cocina del solomillo de cerdo al horno con papas.

Paso a paso de la preparación:

1. **Limpiar** lo mejor posible los solomillos, **untándoles la sal y la pimienta**.
2. **Precalentar en el horno** a 190 grados. Al mismo tiempo, ir preparando las guarniciones: **las papas se deben pelar** en rodajas no tan gruesas o en gajos, luego **se pela la cebolla** en julianas.
3. **Colocar las papas** en el fondo de la cacerola y/o recipiente.
4. En la parte de arriba, **colocar las cebollas, salpicar con sal y pimientar los solomillos** para que queden bien centrados en la bandeja.
5. **Agregar el vaso de vino y espolvorear una pastilla de carne de caldo concentrada. Vertir el oliva** extra virgen.
6. **Colocar todo en el horno**, donde permanecerá por unos 45 minutos. Cuidado con el tamaño del solomillo, porque podría ser más o menos el tiempo. Ir tanteando cada 15 minutos, por las dudas.
7. Una vez que la carne ya esté lista, **sacarla del horno, cortarla en trozos y servirla**. Puede ser con cualquier tipo de salsa, aunque la mayoría lo hacen al roquefort.



Con salsa roquefort

Ingredientes:

- 2 **solomillos de cerdo** braseados.
- 200 mililitros de **nata líquida** para cocinar.
- 150 gramos de **queso roquefort**.
- **Sal**.
- **Cebollas**.



La receta de cocina del solomillo de cerdo con salsa roquefort.

Paso a paso:

1. **Precalentar el horno:** encenderlo a 180° y dejar que se caliente.
2. **Introducir los solomillos** en la bandeja central y apagar el horno.
3. **Mezclar el queso y la nata:** poner un cazo al fuego con 100 gramos de queso desmenuzado y calentarlo, removiendo, hasta que empiece a deshacerse.
4. **Verter la nata** poco a poco, removiendo hasta que se forme una crema, y sazonarla.



A la parrilla y con salsa

Ingredientes:

- 2 **solomillos de cerdo.**
- **Harina** de maíz.
- **Caldo de verduras.**
- 60 gramos de **nueces y avellanas** peladas.
- 1 naranja.
- 2 higos.
- 1 pomelo.
- **Frambuesa.**
- **Nata líquida.**
- Vinagre de jerez.
- Lechuga.
- **Aceite.**
- **Sal.**
- Pimienta.

La receta de cocina del solomillo de cerdo a la parrilla.

Paso a paso:

1. **Limpiar los solomillos y cortarlos** en medallones.
2. **Aplastarlos, salpimentarlos y dejarlos a temperatura ambiente** por unos 30 minutos.
3. **Vertir 100 ml de nata y 100 ml de caldo, salpimentar y cuecer** por 5 minutos.
4. **Agregar una cucharada de maicena disuelta** en un poco de agua **y cuecer** hasta que espese.
5. **Triturar la salsa.**
6. **Tostar los frutos secos** en una sartén.
7. **Pelar "a vivo"** el pomelo y la naranja, lavar los higos y trozar todo.
8. **Mezclar con las frambuesas y con el resto**, todo lavado y al gusto.
9. **Dorar los medallones en la parrilla** dos minutos de cada lado.
10. Retirarlos y **dejarlos reposar** por dos minutos más.
11. **Servirlos** con la salsa y la ensalada.