



Comer  
mejor  
cada

**Dia**

Receta

# Solomillo de cerdo con manzanas rojas



*Precio\**

1,40 €/ración  
5,80 €/4 raciones  
(\*precio aproximado,  
sujeto a variaciones).



*Dificultad*

Fácil



*Tiempo*

15 minutos + 2  
horas marinada  
+ 1 hora horno  
(mínimo)



# Ingredientes:

- 400g de solomillo de cerdo Selección de Día.
- 10-15g de ajo laminado (3-4 dientes).
- 8g de pimentón dulce Vegecampo.
- 1 hoja de laurel.
- 100ml de vino blanco ( $\frac{1}{2}$  vaso).
- 120g de cebolla.
- 55ml de aceite de oliva virgen extra La Almazara del Olivar (5-6 cucharadas).
- 550-600g de patatas.
- 2 manzanas rojas (Manzana roja selección granel)
- Sal y pimienta negra al gusto.



# Elaboración



- Empezamos marinando el solomillo. Para ello, lo colocamos en un recipiente hondo y sazonamos con sal, pimentón, ajo laminado, laurel, pimienta y vino. Tapamos el recipiente y lo guardamos en la nevera, dejando marinar unas 2 horas por lo menos.
- Mientras tanto, lavamos las patatas y las cortamos en rodajas de medio centímetro. Descorazonamos las manzanas y las cortamos en cascos o láminas, como prefieras.
- Cortamos la cebolla en medias lunas y disponemos en una bandeja para el horno. Colocamos por encima las patatas y las manzanas, regamos con un hilo de aceite, salpimentamos y llevamos al horno precalentado a 200 °C.
- Mientras se empiezan a enternecer en el horno las patatas y manzanas, retiramos los solomillos de la marinada y los sellamos en una sartén con un poco de aceite por todos sus lados. Hay que hacerlo a fuego fuerte y lo justo para que tomen color y se retengan los jugos en el interior. Así durante el asado la carne quedará más jugosa.
- Retiramos la carne y desglassamos con el líquido de la marinada para recoger todos esos jugos.
- Cuando las patatas lleven en el horno unos 20 minutos, colocamos los solomillos en la bandeja, regamos con el líquido de la sartén y seguimos horneando una media hora, dando la vuelta a la carne a mitad de asado.
- Al final, cuando la carne esté cocinada, dejamos que se enfríe un poco y la cortamos con cuidado para que no se deshaga. Recomendamos servir este plato con las manzanas y patatas de guarnición.



## Trucos y alternativas

- Podemos cambiar las especias según el gusto personal. Si añadimos un poco de canela le dará un toque muy especial, clásico de la comida persa.
- El tiempo de horneado puede variar dependiendo de la potencia del horno.
- Para que el cerdo quede más jugoso, podemos rociarlo unas cuantas veces con la salsa mientras esté en el horno.
- Recordemos complementar nuestro plato con vegetales como ensaladas, puré de calabaza o espinacas, de esa manera equilibramos este plato.

## Aprovechamiento

- Esta receta puede guardarse en la nevera hasta 4 días.
- Podemos añadir a la bandeja junto con la carne unas ciruelas pasas u orejones que tengamos en casa para darle un toque dulce.





Comer  
mejor  
cada

**Día**