



Higado Encebollado

Description

This recipe, apart from being very nutritious, is a very economical dish. It is part of a long list of dishes in Colombian cuisine cooked on the grill.

Higado Encebollado or Liver with Onions (English version below)

Ingredientes

- 1 filete de hígado de res
- 1 cebolla grande
- 4 cucharadas de aceite de oliva
- 1 cucharada de vinagre balsámico
- Sal y pimienta molida al gusto

Preparacion

1. Pelar la cebolla y cortarla en anillos delgados.
2. Colocarla en una taza con sal, 2 cucharadas de aceite y el vinagre balsámico.
3. Lavar el hígado muy bien y secarlo con papel absorbente.
4. Calentar el resto del aceite en una sartén y dorar el filete por ambos lados. Sacar en un plato y reservar.
5. Agregar a la sartén, la cebolla, un poco más de aceite si es necesario. Cocinar a fuego bajo hasta que esté completamente transparente.
6. Incorporar el filete otra vez a la sartén y cocinar todo junto unos minutos.
7. Servir acompañado de ensalada o papas saladas.

Liver with Onions (English version)

Ingredients

- 1 fillet of beef liver
- 1 large onion
- 2 tablespoons olive oil
- 1 tablespoon balsamic vinegar
- Salt and pepper to taste

Preparation

1. Peel the onion and cut into very thin rings.
2. Place it in a cup with oil and balsamic vinegar salt
3. Wash the liver well and dry with paper towels.
4. Heat oil in a skillet and brown the steak on both sides. Remove onto a plate and set aside.

-
5. ~~Add to skillet, onion, a little oil if it's necessary. Cook on low heat until completely transparent.~~
 6. Add the steak back to the pan and cook for a few minutes all together.
 7. Serve with crackers or potato salad.