



Lomo de Cerdo Relleno

Description

This is not a complicated recipe to make, but is nevertheless very delicious and tasty. It makes a simple and attractive main course for any day.

Lomo de Cerdo relleno or Pork Loin Stuffed (English version below)

Tiempo de preparacion: 10 minutos

Tiempo de coccion : 1 hora y 20 minutos

Ingredientes

- 1 kilo de lomo de cerdo.
- 1 cebolla .
- 1 zanahoria cocinada y tajada en tiras gruesas
- 100 gramos de habichuelas o french beans.
- 2 cucharadas de especias mixtas como oregano , tomillo y laurel.
- Sal y pimienta al gusto.
- Hilo para amarrar.

Preparacion

1. Corte una cebolla en rodajas y coloquela en un molde para hornear.
2. Abra y corte el lomo en forma semi cuadrada.
3. Adobe el lomo con las especias, un poco de sal y pimienta al gusto.
4. Coloque en un extremo del lomo los vegetales y prepare una pita o hilo para amarrar.
5. Luego empiece a enrollar por un extremo dejando los vegetales en el centro.
6. Asegure con el hilo, haciendo varias vueltas alrededor del lomo.
7. Coloquelo en el horno a una temperatura de 180 grados por 1 hora cubierto con papel de aluminio.
8. Luego dejelo dorar por 20 minutos sin el papel aluminio.

Nota:

Este Lomo lo puedes servir con papas sudadas y otros vegetales, o solo con una ensalada.
Se le puede agregar salsas agridulces como de ciruela o manzana

Pork Loin Stuffed (English version)

Preparation time: 10 minutes

Cooking time: 1 hour and 20 minutes

- 1 kilo or pork loin.
- 1 onion
- 1 carrot, cooked and cut into thick strips.
- 100 grams of french beans.
- 2 tbsp of mixed spices like oregano, thyme and bay leaf.
- Salt and pepper to taste.
- Thread to tie food.

Preparation

1. Cut an onion into slices and place in a baking pan.
2. Open and cut the pork into a semi-square shape.
3. Marinate the pork with spices, a little salt and pepper to taste.
4. Place into the loin few pieces of vegetable and prepare a thread to tie.
5. Secure with the thread, making several turns around the back.
6. Place it in the oven to 180 degrees for 1 hour covering with kitchen foil.
7. Let it cook for 20 minutes without the kitchen foil.

Note:

This Pork loin can be serve with potatoes and other steamed vegetables, or just salad.
You can add plum or apple sauce.