



Rollo de Sobrebarriga

Description

Rollo de Sobrebarriga – Flank Steak Roll (English version below)

Ingredientes

- 3 libras de sobrebarriga delgada
- 1 libra de carne cerdo molida
- 10 lonchitas de tocineta o panceta
- 2 pimentones
- 2 zanahorias cortadas en julianas
- 2 diente de ajo finamente picados
- 4 huevos cocidos
- Aceite de oliva
- Especies tomillo laurel, albahaca, romero molido
- 1 cerveza
- 1 copa de vino rojo
- 2 cucharadas de harina de trigo
- Hilo para amarrar

Preparación

1. Mezclar la carne molida con una cucharada de cada especia (tomillo laurel, albahaca, romero molido), cebollines y ajos.
2. Extender la sobrebarriga, salpimentar y barnizar con aceite de oliva.
3. Colocar la sobrebarriga con la parte gorda o grasosa boca arriba, colocar una capa de tocineta haciendo una capa con esta, luego agregar la mezcla de la carne en la mitad del rollo.
4. Añadir los pimentones y zanahoria haciendo otra capa. Colocar los huevos cocidos en la mitad de todas las capas anteriores.
5. Cerrar cuidadosamente el rollo, tomando uno de los extremos y apretar su contenido en su interior.
6. Con un hilo o cabuya amarrar muy bien de extremo a extremo. Y envolver con papel aluminio.
7. En una olla suficientemente grande colocar el rollo de sobrebarriga y cubrir con agua. Cocinar a fuego medio alto por 3 horas y agregar más agua si es necesario.
8. Pre-calentar el horno a 180° Celsius – 350° Fahrenheit de temperatura o gas marca 4.

- ~~9. Retirar el papel de aluminio y colocar la sobrebarriga en una bandeja para hornear, barnizar con aceite de oliva y agregar la cerveza. Cocinar por 1 hora o hasta que este ligeramente dorada.~~
10. Cortar en rodajas, servir con ensalada de papa y salsa de vino

Para la salsa de vino

Los jugos resultados de la cocción de la sobrebarriga al horno, colarlos en una olla, agregar el vino, la harina de trigo y salpimentar al gusto. Mezclar bien hasta que espese. Servir caliente.

Flank Steak Roll (English version)

Ingredients

- 3 pounds flank steak
- 1 pound ground pork
- 10 rashers bacon or pancetta
- 2 peppers
- 2 carrots cut into julienne
- 2 cloves garlic, minced
- 3 eggs boiled, peeled
- Olive oil
- Spices bay leaves, thyme, basil, ground rosemary
- 1 Beer
- 1 glass red wine
- 2 tablespoons flour
- Thread to tie

Preparation

1. Mix ground beef with a tablespoon of each spice (thyme, bay leaf, basil, and crushed rosemary), onions and garlic.
2. Season the flank steak with salt and pepper and varnish with olive oil.
3. Place the flank steak with the fat or greasy part face up,
4. Layer with some bacon rashers, then add the meat mixture in the middle of the roll.
5. Add the peppers and carrots doing another layer. Place the eggs in the middle.
6. Close carefully the roll, taking one end and squeeze the contents inside.
7. With string or twine tie from end to end and wrap with foil.
8. In a sufficiently large pot place the roll sobrebarriga and cover with water. Cook over medium-high heat for 3 hours and add more water if necessary.
9. Pre-heat oven to 180 degrees Celsius – 350 degrees Fahrenheit in temperature or gas mark 4.
10. Remove the foil and place the flank steak on a baking sheet, varnish with olive oil and add the beer. Cook for 1 hour or until lightly browned.
11. Cut into slices, serve with potato salad and wine sauce

For the wine sauce

Collect the resulting juices from cooking the sobrebarriga, strain into a pot, add wine, wheat flour and season to taste. Mix well until thick. Serve hot.