Solomillo de ternera con sal maldon.

Solomillo de ternera

Despedimos el año !! Feliz año 2017 para todos.

Os presento un plato tradicional, rico y muy festivo. Solomillo de ternera con sal maldon, sobre espárragos a la plancha y ensalada de canónigos.

Es importante la elección de la carne, yo en esta ocasión he optado por una pieza Argentina, pero hay nacionales estupendas …pero le hice caso al carnicero que me la recomendó.

Los espárragos están hechos a la plancha y enteros , solo retirando la parte dura.

La sal maldon le va genial a la carne, pero si no tenéis

podéis utilizar sal gorda.

Lo bueno del plato es que puedes hacer para varios comensales y después calentar a golpe de horno cuando vayamos a servir.

Ingredientes por persona:

– 1 solomillo de ternera por persona

– 3 espárragos verdes por persona.

– aceite de oliva virgen extra.

– Sal maldon al gusto

Preparación:

Paso 1:

Se lavan los espárragos y se elimina la parte dura.

En una plancha bien caliente se ponen y se marcan, se incorpora un poco de aceite de oliva y se tapan unos minutos a fuego más bajo. Se reservan y se salan.

Yo utilizo estas planchas de toda la vida, que sirven para gas, inducción y vitrocerámica.

Espárragos a la plancha

Paso 2:

En otra plancha con un poco de aceite bien caliente se pone el solomillo . Lo dejamos unos 3 minutos por cada lado para que se marquen bien y se retiran.

Así la carne sale al punto, ya todo depende de vuestro gusto. Si la queréis mas hecha , tendréis que dejarla mas tiempo en la plancha.

Se retira .

Solomillo al punto

Paso 3:

Servimos el plato, primero los 3 espárragos, encima el solomillo con un poco de sal maldon por encima y por último se decora con unos canónigos y tomates cherrys aderezados.

Si hacemos varios, en una fuente en el horno, un poco caliente los vamos conservando a medida que los vayamos preparando.

Buen apetito!!