

Magro de Cerdo Encebollado con Manzanas.



«Magro de Cerdo Encebollado con Manzanas».

Ingredientes (para 4 personas):

- 300 gr. de Magro de Cerdo.
- 1 Vaso grande de Vino Blanco semidulce.
- 4 Cucharadas de Aceite de oliva Suave.
- 3 Cebolletas.
- 3 Manzanas (que no sean ácidas).
- 50 gr. de Jamón Ibérico.
- 1 Cucharada de Miel de Caña.
- Media Cucharadita de Pimienta blanca molida.
- Media Cucharadita de Sal.
- 1 Ñora.



Picamos el Jamón y reservamos. Cortamos las cebolletas y las manzanas en trocitos pequeños y reservamos también. Cortamos la carne en trozos pequeños, como para tomar de un bocado y en el aceite caliente, a fuego alto la sellamos o sofreímos junto a la ñora. Cuando se empiece a dorar la carne incorporamos la cebolleta y cocinamos bajando la temperatura del fuego a la mitad hasta que se empiece a transparentar la cebolleta, añadimos entonces la manzana y mezclamos bien con la carne y la cebolleta, salpimentamos y cocinamos durante un par de minutos más. Le añadimos la miel y seguidamente regamos con el vino, subimos nuevamente el fuego y cuando empiece a hervir, bajamos nuevamente la

temperatura y cocinamos semi tapado hasta que se haya reducido el líquido dos terceras partes. Para terminar y ya retirado el guiso del fuego, echamos el jamoncito picado, mezclamos bien y ya está listo para servir.



Para acompañar esta carne guisada, he hervido un poco de arroz con agua ligeramente salada y lo he usado de base para emplatar.

Con ayuda de un aro ponemos un poco del arroz cocido en el fondo y colocamos encima dos o tres cucharadas generosas de la carne encebollada con la manzana y regadas con su jugo.



