

Solomillo de ternera a la plancha



Ingredientes:

Ingredientes para 4 personas:

- cuatro pedazos de solomillo de ternera
- 12 champiñones grandes
- 12 espárragos de Navarra en conserva
- muy gruesos
- sal
- pimienta
- ajo y perejil
- aceite de oliva
- sal maldón

Preparación:

Se limpian los champiñones, se les quita el tronco y se ponen a asar en una sartén muy caliente con una gotita de aceite. Se les da la vuelta y se rellena el centro con sal, pimienta, ajo y perejil picado y unas gotitas de aceite. Se acaban de asar.

Por otro lado, se asan los solomillos en una plancha muy caliente y con una gotita de aceite. Se dejan dos o tres minutos de cada lado dependiendo del grosor de la carne y del gusto personal.

Se monta el plato con 3 espárragos sobre los que se hace gotear un cordoncito de mahonesa, un pedazo de solomillo aliñado con un poco de sal maldón y cuatro champiñones.

Solomillo de ternera a la plancha

Truco:

Para saber si la carne roja está en su punto, se pincha ligeramente con un tenedor y si sale sangre, ya está en su punto. Pero si se prefiere la carne más hecha se deja un poco más.

No obstante es bueno saber que la carne es más tierna y melosa si está poco hecha.

Consejo:

Elegir un vino tinto bueno porque la calidad de la carne lo requiere.