



Chuletas Salpicadas con Adobo de Ají Panca



COCCIÓN

20

minutos



PORCIÓN*

6

personas

INGREDIENTES

- 6 chuletas de cerdo gruesas y deshuesadas, estilo New York (top loin), de aproximadamente 8 oz. cada una
- 30 oz. de frijol peruano canario sin líquido
- 2 cdas. de ají panca en pasta
- 2 tomates pera, cortados estilo juliana
- 1/2 cebolla roja pequeña, cortada estilo juliana
- Jugo de 2 limones
- 1/4 taza aceite de oliva
- 1/4 taza cilantro fresco picadito
- 4 dientes de ajo machacado o cortado bien pequeño
- Sal y pimienta a gusto

Sazona las chuletas con un poco de la pasta de chile, el ajo, sal, pimienta y ponlas a un lado.

En una parrilla, sartén de hierro o teflón a temperatura mediana alta, agrega las chuletas y cocínalas por unos 5 minutos por cada lado, dependiendo del ancho. Si usas sartén, agrega 1-2 cucharadas de aceite.

Mientras cocinas el cerdo, combina en un envase los frijoles, las cebollas, un diente de ajo picado bien pequeño, los tomates, 1/4 taza de aceite de oliva, el jugo de limón, el cilantro y sal y pimienta a gusto. Mezcla todo bien y lleva al refrigerador por unos 15 minutos antes de servir.

SUGERENCIAS PARA SERVIR

Sirve la ensalada con las chuletas encima o al lado y disfruta. Esta sabrosa y refrescante receta es perfecta para cualquier día de la semana. Si gustas,azona las chuletas y prepara la ensalada en la mañana o el día anterior. Puedes sustituir la pasta de chile panca por pasta de chile guajillo, polvo de chile rojo, paprika dulce (pimentón) o una pizca de achiote. El frijol canario o mayacoba (frijol peruano) lo puedes sustituir por frijol pinto. El orégano y el romero seco también serán buenos acompañantes para el sazón del cerdo.

*Porción sugerida por persona: 1 chuleta de 8 oz., 4 oz. de ensalada de frijol

Descubre más recetas sabrosas en PorkTelInspira.com