

Chef Pepín



Recetas del Chef Pepín

CARNES

ASADO DE COSTILLAR CON VERDURAS DORADAS

INGREDIENTES:

- 1 Costillar de res, que termine en una punta pequeña, sin hueso (calcule de 2 a 4)
- 6-8 Libras de costillas
- 3 Dientes de ajo picados
- 1½ Cucharaditas de pimienta al limón
- 8 Papas rojas pequeñas, cocidas
- 2 Cebollas
- 8 Zanahorias cocidas, cortadas en rebanadas de dos centímetros de espesor.

PREPARACION:

Precalienta el horno a una temperatura de 350 grados. Mezcla el ajo picado con la pimienta al limón, y presiónalos sobre el costillar.

Coloca la carne en una bandeja de asar poco profunda con la grasa hacia arriba. No agregues agua ni la cubras.

Cocina la carne al horno de 2 ¼ a 2 ½ horas para que quede bien jugosa (medio roja, temperatura interna de unos 140°F) o cocine de 2 ¾ a 3 horas para que quede a punto (temperatura interna de 150°F).

Deja reposar durante unos 15 a 20 minutos.

La temperatura aumentará otros 10 grados.

Chef Pepín



Recetas del Chef Pepín

Retira la carne de la bandeja y deja unas dos cucharadas del jugo.

Coloca las verduras en la misma bandeja.

Cocina a fuego medio-alto, revolviendo ocasionalmente durante unos 5 minutos o hasta que estén ligeramente doradas.