



CHULETAS A LA ALEMANA

Ingredientes

- 1 Kilo de pulpa de cerdo
- 3 Tazas de repollo cortado finamente
- 1 Tableta de caldo cebolla ajo MAGGI®
- 1 Pizca de comino
- 3 Pizcas de ají color
- 2 Hojas de laurel
- 2 Cucharadas de vinagre blanco
- 1 Cucharada de azúcar

Preparación

1.- Calienta dos cucharadas de aceite preferentemente de oliva en una sartén a fuego fuerte y acomoda las chuletas de cerdo para dorarlas bien, no las muevas hasta que veas que la cocción avanza y se desprenda fácilmente.

2.- Voltéalas y agrega el caldo de cebolla ajo MAGGI® con el comino, ají color y laurel. Cocina hasta que estén casi listas. Luego, retíralas de la sartén y deja las chuletas a un lado. En la misma sartén agrega el repollo y saltea unos segundos removiendo de vez en cuando. Agrega el vino blanco mas media taza de agua valiente y el azúcar.

3.- Cocina a fuego medio y tapado durante 8 minutos aproximados hasta ablandar y cocer muy bien el repollo. Acomoda las chuletas de cerdo sobre el repollo y cocina por 5 minutos más. Una vez listo sirve acompañado del repollo y sus jugos.

Nota

Acompaña esta preparación con un porción de arroz y ensaladas frescas.



Dificultad:
Baja



Porciones:
5



Tiempo:
25 minutos

Información Nutricional

Energía:	620 Kcal
Proteínas:	50.6 g
Grasa Total:	41.6 g
Colesterol:	186 mg
H. de Carbono:	7.7 g
Fibra Dietética:	0,5 g
Sodio:	541 mg