



Dificultad:
Baja



Porciones:
5



Tiempo:
40 minutos

Información Nutricional

Energía:	385 Kcal
Proteínas:	37.8 g
Grasa Total:	15.1 g
Colesterol:	103, mg
H. de Carbono:	15.4 g
Fibra Dietética:	2,3 g
Sodio:	514 mg

SALTEADO DE CARNE CON TRES PIMIENTOS ATOMATADOS

Ingredientes

- 2 Pimentones verdes
- 1 Pimentón rojo
- 1 Pimentón amarillo
- 1 Cebolla cortada en pluma
- 1 Diente de ajo cortado finamente
- 2 Cucharadas de aceite
- 750 g de posta paleta cortada en trocitos largos
- 2 Cucharadas rasas de harina cernida
- ½ Paquete de salsa de tomates
- 1 Tableta de caldo de carne MAGGI®
- Perejil cortado finamente

Preparación

1.- Corta los pimentones en delgadas tiritas, calienta una cucharada de aceite de oliva en una sartén de buen tamaño y saltea los pimentones a fuego fuerte durante 3 minutos aproximados. Una vez listos, retíralos de la sartén y déjalos a un lado. Aparte pasa los trozos de carne por la harina de manera que queden bien impregnados.

2.- En la misma sartén, calienta nuevamente a fuego fuerte con una cucharada de aceite de oliva, saltea la carne junto con el ajo removiendo de vez en cuando, una vez dorada la carne agrega la cebolla y cocina durante 3 a 5 minutos más. Agrega los pimentones que ya salteaste y de inmediato condimenta con la tableta de caldo de carne MAGGI® previamente disuelta en $\frac{3}{4}$ tazas de agua caliente.

3.- Cocina durante 12 minutos aproximados a fuego medio revolviendo una que otra vez hasta cocer completamente la carne y espesar los jugos en la preparación. Revisa la condimentación y al momento de servir espolvorea el perejil cortado finamente.



Nota

Esta receta es ideal acompañarla con una receta a base de papas, arroz o pastas.

